

# કુદય

યાને

## જીવનનો પાથો.

પાતાના ઉદ્ધાર પોતેજ કરી લેવો  
ગીતા

પ્રસિદ્ધ કલાશ્રી.

ડી. લખમીદાસની કંપની.

કોટ-મુંબઈ.

# ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ ગુજરાતી કૉપીરાશિટ વિભાગ ]

અનુક્રમાંક ૫૦૬૭ દર્શક

પુસ્તકનું નામ રૂદ્રચ અને ગુપ્તજોષી

વિષય ૨૪૪૬:૬

પોતાનો ઉદ્ધાર પોતેજ કરી લેવો

( ગીતા )

હૃદય

યાને

જીવનનો પાથો.

અનુવાદક

રાણા દોલતસિંહજી શીષોદિયા.

પ્રસિદ્ધ કર્તાઓ

ડી. લખમીદાસની કુંપ. લી.

કોટ-મુંબઈ.

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ  
અમદાવાદ  
ગ્રંથમાલી કૉપીરાઈટ

૫૦૬૭

હરિગીત.

૪૪૪૪:૬

ચદ્વિ કરીશ તારું હૃદય નિર્મળ તો જીવન તારું ખરે,  
ઉત્કૃષ્ટ, સુંદર, કલહડીન, સાદું, પવિત્ર, મધુ થશે.  
સંભાળ સારી રીતથી રાખી તહારાં મન તણી,  
તેને બનાવીશ ઉમદા, સંગીન, સ્વાતંત્રી યદ્દ  
નુકસાન કે હરકત તને કાંઈ કદી થાશે નહિં,  
તેમજ થશે ન સમર્થ વશ કરવા તને કોઈ કદિ.  
કારણ બધા રિપુરૂપ દુર્ગુણ હૃદયને મનમાં વસે,  
એ દુઃખનો હણતાં મિલન હિતકારીનું પણ ત્યાં થશે.

---

આ પુસ્તક મુબઈ નં ૯૩ ચીચપોકલી પરેલ રોડ પર  
લેડી નોર્થકોર્ટ હિંદુ ઓફિસનેજ કે એન સેલર પ્રેસમાં છોંડીયા  
નારાયણ વનારએ છાપ્યું છે. અને ડી. લખમીદાસની  
કુંપનીએ ૭૯, પાવ્લી બજાર સ્ટ્રીટ-કોટ-મુબઈમાં પ્રસિદ્ધ કર્યું છે

---



# હૃદય યાને જીવનનો પાયો.

## પ્રાસ્તાવિક નોંધ.

આ પુસ્તક મહાત્મા જેમ્સ એલન કૃત “Out from the Heart” નામક પુસ્તકનો અનુવાદ છે. આ અનુવાદને માટે અગાઉ “વસંત” માં ભલામણ કરવામાં આવી હતી. અદ્યપિ એ દૃષ્ટિ ગોચર ન થવાથી આ પ્રયાસ-પ્રવૃત્તિ છે. અનુવાદકના અભિ-પ્રાયોનાસાર આ પુસ્તકમાં નિરૂપેલી હકીકત અક્ષરશઃ સત્યયુક્ત છે અને તે ગીતાનાં નવનીત-તત્વ દોહન તરીકે જણાય છે. ગીતામા જે કર્મયોગ અને જ્ઞાન-યોગ સાધવાનું ફરમાવેલું છે અને સત્વ-દૈવીગુણ કહેલા છે તેમનું પરિપાલન કેવી રીતે કરવું તે આ મહાત્માએ સ્પષ્ટ, સારી અને સહેલી રીતે બતાવી આપેલું છે. ગીતાને વર્તનમાં મૂકવાની ઇચ્છા રાખનારે આ પુસ્તક સાથે રાખી ગીતાનો અભ્યાસ કરવાથી અગર ગીતા વગર એકલું વાંચવાથી પણ ઘણો પ્રકાશ-સહાય મળે તેમ છે. બોધ તેનું અનુવર્તન કરવાને માટે કરવામાં આવેલો હોય છે, નહીં કે માત્ર તેનું પુસ્તક-લખાણ મોઢેથી બળડી-બોલી જવા માટે. અમ વાંચી જવાથી તેનું રહસ્ય-હાર્દ-તત્વ-સમજી શકાતું નથી કે તેનું જ્ઞાન ઉપલબ્ધ થતું નથી અને

તત્પરિણામે તે અનુવર્ત્યા વગરનો રહે છે. બોધનુ અનુવર્તન કર્યા વગર શ્રેય થતું નથી; અનુવર્તન કરવું એટલે કર્મયોગ સાધવો અર્થાત સદ્કર્મો આચરવાં. કર્મ કરવા માટે જ્ઞાન જોડાયે જ્ઞાન અને કર્મ પરસ્પર સહાયક યાને ઉત્પાદક છે. કર્મ વગર જ્ઞાન થતું નથી અને જ્ઞાન વગર કર્મ થતું નથી. એકને માટે બીજાની આવશ્યકતા રહેલી છે. કર્મ કર્યા વગર વિજ્ઞાન-અનુભવવાળું જ્ઞાન કદિ થતુજ નથી. અને વિજ્ઞાન વગર મુક્તિ મળતી નથી. આથી કર્મ કરવું એ કર્તવ્યરૂપ ગણેલું છે અને તેને સાડું માનેલું છે. ગીતામાં કહ્યું છે કે—કર્મયોગો વિશિષ્યતે ( કર્મયોગ વધારે સારો છે ) અને કર્મોદયૈઃ કર્મયાગમસક્તઃ સ વિશિષ્યતે ( ક્રિયા કરનારી ઇન્દ્રિયો વડે કર્મ યોગનો આચરનારો —આસક્ત છે તેજ સારો છે.) કર્મ એટલે સાડું કર્મ. નહાડું કર્મ વિકર્મ કહેવાય છે. એકલું કર્મ એટલે સાડું કર્મજ સમજવું. જે જે સ્થળે નહાડું બતાવનાર ઉપસર્ગ ન મૂક્યો હોય તે બધા શબ્દો સારા અર્થ-માંજ લેવાના છે. કર્મ સર્વથા આવશ્યક, અનિવાર્ય અને શ્રેયસ્કર છે. ઇન્દ્રિયો એવી ચપળ-ગતિમાન છે કે તે કદિ કર્મ કર્યા વગર રહી શકતી નથી. જો તેમને સારા માર્ગે ન દોરવામાં આવે તો તે તેમની અવિરત-નિરંકુશી ગતિને અંગે ક્રિયા કરી નહારાં કર્મો કરવા તરફ વળી જાય છે. આ કારણથી

ઈંદ્રિયોને નિગ્રહમાં રાખી-નેમને નકારે માર્ગે જતી  
અટકાવી સારા માર્ગે પ્રેરવાનું કર્તવ્ય છે. ઈંદ્રિયોને  
સંયમમાં રાખી સારા માર્ગે-કર્મોમાં પ્રેરવી એજ  
ધર્મ છે. મનુ મહારાજ આ ધર્મને દશ કર્મો કર-  
વાથી આપ્યો ગણે છે. એ દશ કર્મો મુખ્ય છે અને  
તેમનામાં બીજાં કર્મો રહેલાં છે.

धृतिः क्षमा दमोस्तेयं शौचमिन्द्रिय निग्रहः ।

धिवीर्या सत्यमक्रोधो दशकं धर्म लक्षणम् ॥

અર્થ-ધૃતિ, ક્ષમા, દમન-સહનશીલતા, ચોરી  
નહીં કરવી તે (એટલે કોઈને કોઈ પણ પ્રકારે કાંઈ  
નુકસાન ન પહોંચાડવું તે)-અહિંસા, શુચિતા, ઈંદ્રિય-  
નિગ્રહ, બુદ્ધિ, વિદ્યા, સત્ય અને અક્રોધ-આ દશ  
લક્ષણુ ધર્મનાં છે.

આ દશ લક્ષણોમાંજ બધો ધર્મ સમાયલો છે,  
તે લક્ષણોને બરાબર વર્તનમાં મૂકવાં એજ ખરી  
રીતે ધર્માચરણ-સદાચરણ છે. આ પુસ્તક આવાં  
ધર્માચરણમાં પરિપૂર્ણ થવાની વિધિ બતાવે છે.  
આ પુસ્તકમાં બતાવેલો સદાચાર અને તેમાં પરિ-  
પૂર્ણ થવાની રીતિયો કોઈ ખાસ ધર્મને ઉદ્દેશીને  
નથી; સર્વ ધર્મોમાં સદાચારને એક સરખી રીતેજ  
આવશ્યક અને અનિવાર્ય માનેલો છે અને આ  
પુસ્તક માત્ર સદાચારને લગતું હોવાથી સર્વ ધર્મોના

અનુયાયીઓ માટે આદરણીય અને શ્રેયસ્કર છે. હૃદયને સારી કેળવણીથી સ્વર્ગ અને નકારાત્મક નર્ક મળે છે.

સદાચારને સાંગોપાંગ પાળવાથી આત્મપરિપૂર્ણતા થાય છે અને આત્મપરિપૂર્ણતા એજ સ્વર્ગ-મુક્તિ છે. મુક્તિ મેળવવી એ સર્વ લોકની પરમેતકૃષ્ટ પ્રવૃત્તિ છે-પરમ કર્તવ્ય છે. મનુષ્યની મોટામાં મોટી આકાંક્ષા મુક્તિ માટેનીજ છે આત્મપરિપૂર્ણતા શીખવનારી વિદ્યા જેવી બીજી કોઈ વિદ્યા ઉચ્ચતર નથી. આત્મપરિપૂર્ણતા એટલે સદાચાર જીવન. જીવન કર્મોની પરપરાનું બંનેલું છે. કર્મ વિચારથી બને છે. વિચાર બુદ્ધિ-જ્ઞાનને અનુસરી હૃદયમાં ઉત્પન્ન થાય છે આ ઉપરથી સમજાશે કે આત્મપરિપૂર્ણતા-મુક્તિનો ખરો-મુળ આધાર હૃદય ઉપરજ રહેલો છે. તત્કારણ તેને શુદ્ધ-વિભાગ-સદાચારી બનાવવું એ આવશ્યક અને પરમ કર્તવ્ય રૂપ છે. હૃદયને વશ કરી તેને સત્માર્ગે પ્રેરી આત્મપરિપૂર્ણતા મેળવવી એજ મુક્તિ છે, સર્વનું આદિકારણ-મુળ હૃદયજ છે. અને તેને સત્માર્ગે કેવી રીતે બનાવવું તે શીખવવાનો આ પુસ્તકનો આશય છે. આ પુસ્તકના યોગ્યને વર્તનમાં મૂકનારને સ્વર્ગનું દ્વાર ઉઘડ્યા વગર નહીં રહે. ઉચ્ચ સ્થળે કુદકો-છલક માંરીને એકદમ પહોંચી જવાનું નથી

પરંતુ ત્યા ચડવામાટે ધીરજપુર્વક ઉદ્યોગ રાખવો જોઈએ. પ્રવૃત્તિ વગર પરાકાષ્ટા સંભવતી નથી તેથી પ્રવૃત્તિ શ્રેષ્ઠ છે.

વસંત તિલકા.

કે! વસ્તુ સિદ્ધ કરવા કદિન્ને ચડો તો,  
ધારી સંઘવ ધીર પાર ઉતાર જો-એ! ।  
યાશે કદાચ શરૂમાં નહીં સિદ્ધિ પુરી,  
કિન્તુ ન થાકી જઈ મૂકવી એ અધુરી.

વાંસદા, તા. ૩૦-૩-૧૯૧૪ } રા. દા. શી.

# હૃદય ચાને જીવનનો પાયો.

## હરિગીત.

સુજીવન સ્વર્ગ ગણાય છે ને નર્ક જીવન દુષ્ટ છે,  
એક જીવનની કુંચી ઉર, તે જેવું તે આવી મળે.  
હૃદય કેરી મલિનતાથી નર્કનેજ પમાય છે,  
તે શુદ્ધ કરવાથીજ પ્રાપ્તિ સ્વર્ગ કેરી થાય છે.  
હૃદય શુદ્ધિ માર્ગ મુક્તિ—સ્વર્ગ કેરો શ્રેષ્ઠ છે,  
તેથીજ તેને શુદ્ધ ને કૃપાક્રુપ કરવું ઇષ્ટ છે.  
દુગુણ રૂપી નિરૂપયોગી રોપ જડથી કાઢવા,  
સદગુણના ઉપયોગીને કૃપા દ્રુપ રોપ ઉછેરવા.  
ખેડી, ખીયાં વાવી, સિંચી જળ, રક્ષવું એ કૃર્જ છે,  
તે વગર સુંદર પાક કેરી આશ સઘળી વ્યર્થ છે.

## હૃદય અને જીવન.

જેવું હૃદય તેવું જીવન. જેવું ભિતર તેવું બહિર.  
કશુંય અંદરજ કે અવ્યક્ત રહી શકતું નથી. અંદર  
કે અવ્યક્ત રહે તે માત્ર દૂંક વખતને માટેજ; આખ-  
રેતો તેને આંતર દૃઢતા પ્રાપ્ત કર્યો પશ્ચાત્ત ખડાર  
પ્રકાશમાં આવવું પડે છે. ખ્યાલામાં પાણી રેડીએ તો

ખ્યાલાની ટોચ આવી રહેતાં પાણીને બહાર ઢાળાવું પડે છે તેમ આ ગતિ પણ છે. બીયું જેમ જમીનમાં વાવવાથી અદ્ય સમય પર્યંતતો અવ્યક્ત રહે છે પરંતુ આખરે તો તે રોપા રૂપે બહાર નીકળી આવે છે અને અંદર રહી શકતું નથી તેમ હૃદયની અંદર ઉત્પન્ન થતું જીવન ત્યાંની દૃઢતા પ્રાપ્ત કરી—ત્યાંની હૃદય થઈ રહેતાં—ત્યાં રહેવાનો કાળ પૂર્ણ થઈ જતા આખરે બહાર આવ્યા વગર રહી શકતું નથી. બૂમ-બી-સ્ફુટન (એટલે ઉગારો)—વૃક્ષ-ફુલ અને ફળ—આવા અનુક્રમ થકી વિશ્વની દરેક વસ્તુ બનેલી હોય છે. જીવનના સબંધમાં પણ એજ અનુક્રમ પ્રવર્તે છે. હૃદય બૂમિ છે, વિચાર બીજ છે, વાણી સ્ફુટન (ઉગારો) છે, કર્મો વૃક્ષ છે (જુદાં જુદાં કર્મો શાખાઓ રૂપે છે), આચરણ-ચરિત્ર ફુલ છે અને સુખ કે દુઃખ ફળ છે. આ બધાયનું બનેલું તે જીવન. ક્ષેત્રને જેવું ખેડવામાં આવે તેવો તેમાં રોપનો ઉગારો—વૃદ્ધિ અને પાક થાય છે. માણસ પોતાની કૃષિની ઉપજ-પાક-ફળનો (અર્થાત સુખ દુઃખનો) ભોક્તા છે. ભોજ્ય વસ્તુને કેવી બનાવવી એ ભોક્તાનો મરજી ઉપર છે. હૃદય તેવો વિચાર, વિચાર તેવી વાણી, વાણી તેવું કર્મ, કર્મ તેવું ચરિત્ર અને ચરિત્ર તેવું સુખ કે દુઃખ (સ્વર્ગ કે નર્ક). આથી ચરિત્રને મૂખ્ય ગણવામાં આવે છે. આચારઃ પ્રથમો ધર્મઃ (આચાર એટલે ચરિત્ર

મૂખ્ય-પ્રથમ ધર્મ છે). આચારને ઉત્પન્ન કરનાર ધર્મની પરંપરા, વાણી અને વિચાર છે. આથી શ્રેષ્ઠ આચારને માટે મન-વાણી અને કર્મ શુદ્ધ કરવાની આવશ્યકતા છે. સારાં ખીયાનો રોપ સારો થાય છે, રોપ સારો હોય તો ફળ-પાક પણ સારો અને ઘણો આવે છે. નખળા-નકારાનું બધુંય નખળું અને નકારૂં જ થાય છે. કૃષિકારની જેવી કૃષિ તેવો તેને પાક મળે છે. કૃષિકાર જીવાર વાવો ઘડુના પાક મેળવી શકતો નથી. નકારો વિચાર લાવનાર સાડું ધર્મ કરી શકતો નથી. અશુદ્ધ હૃદયમા શુદ્ધ વિચાર સંભવતો નથી.

### શિખરિણી.

લણે વાવો જેવું જરૂર શક તેમાં નથી જરી,  
કરો તેવું પામો કુદરતતણી એ રીતિ ખરી.  
નથી એવું કાંઈ અવર નિપજે એક કરતાં,  
થશે શું કોઈયે દિવસ વિષ પીયૂષ ? કદિના !

મટોડું ખોદતાં ગોળની લેલોની આશા રાખવી એ વ્યર્થ. લીંબડાનો રસ પી સાકરના સ્વાદની આશા રાખવી તે વ્યર્થ. પગમાં કુવાડો મારી લોહી ન નીકળવાની આશા રાખવી તે વ્યર્થ. તેમજ સાકરનો ગાંગડો પત્થરનો કકડો અને નહીં કે રૂના પોલથી પત્થરની અસર આણી શકાય નહીં. જેવું કારણ તેવું કાર્ય-જેવું બીજ તેવો પાક. તેવીજ રીતે જેવો વિચાર તેવું કર્મ. જેવું કર્મ તેવું ફળ. ફળ તેવું લોકતૃત્વ.



જીવન હમેશાં હૃદયમાં જન્મ લઈ બહાર અવ-  
તરે છે અને પછી આગળ વધે છે—મોટું થાય છે.  
હૃદયમાં વાવી—ઉત્પન્ન કરી પોષેલા વિચારો આખરે  
વાણી, કર્મ, ચરિત્ર અને સુખ કે દુઃખ (વિચારના  
પ્રકાર મુજબ) તરીકે વ્યક્તિમાન થઈ રહે છે.

સર્વ ઉત્પત્તિનાં મુળ અંદર અદૃશ્ય (જમી-  
નમાં ન દેખાય તેમ) રહેલાં હોય છે. દૃષ્ટાંત તરીકે  
પર્વતની ખોમાંથી ખળ ખળ વહેતું ઝરાયું. તે જ્યાં  
ખોની હદ આવી રહે છે ત્યાંથી બહાર દેખાય છે.  
તેની પહેલાં—પાછળ ક્યાથી, કેવી રીતે અને કેટલે  
દુરથી આવે છે તે દેખાતું નથી. તેમ જીવનનું મુળ  
પણ હૃદયમાં રહેલું છે. જીવનનું વિચારણા મુળ  
વાણી રૂપે બહાર આવે છે ત્યાંથીજ દેખાય છે.  
તે પહેલાં તો જોઈ શકાતું નથી. તે હૃદયમાં—અંદર કેવી  
રીતે ઉત્પન્ન થાય છે તે જોઈ શકાતું નથી—ઝરાયું જેમ  
નીકળે છે તે સ્થળે નાનું હોય છે અને પછી આગળ  
આગળ વધી સરિતા રૂપ બને છે તેમ જીવનરૂપી  
ઝરાયું મુખની બહાર વાણી રૂપે નીકળે છે ત્યારે નાનું  
હોય છે પણ વાણીથી આગળ વધી કર્મ અને ચરિત્ર  
રૂપે મોટું એટલે સરિતા રૂપ બની રહે છે. કર્મોની પરં-  
પરાએ જીવનનું વહન છે. ઝરાણાનાં વારિમાં કયરો કે  
એવું ન પડે તો નિર્મળ રહે છે તેમ જીવન ઝરાણામાં  
દુર્ગુણોરૂપી કયરો ન પડે તો તે નિર્મળ રહે છે.

સદગુણરૂપી સ્વચ્છતા દુર્ગુણરૂપી મલીનતા તેમાં લખવાથીજ બગડે છે. પાણીમાં રંગ લેખવાથીજ પાણી તે રંગનું થાય છે. નહીંતર તો શુદ્ધજ હોય છે. જીવનરૂપી પાણીમાં જેવો રંગ લેખવામાં આવે તેવું તે થાય છે.

દિલગીરી અને આનંદ, દુઃખ અને સુખ, આશા અને ચિંતા, તિરસ્કાર અને સ્નેહ, તિમિર અને પ્રકાશ (અજ્ઞાન કે જ્ઞાન-બુદ્ધિ કે મૂઢતા)—આ બધાં હૃદય સિવાય બીજે કયાંય પશુ હોતા નથી. બધા દ્રવ્યોને ઉત્પન્ન કરનાર અને તેમને પોતાની સાથે વળગાડી રાખનાર—ટકાવી રાખનાર મન—હૃદયજ છે. બધા દ્રવ્યો માત્ર મનની માન્યતાઓ—વૃત્તિઓ—વલણો લાગણીઓ—સ્થિતિઓ છે. એ બધા ખરી રીતે અસ્તિત્વ ભોગવતા નથી પરંતુ તે છે એમ માત્ર મનનેજ લાગે છે—મનજ માને છે. જેવી મનની લાગણી—માન્યતા તેવું દરેક વસ્તુનું રૂપ તેને દેખાય છે. બાકી વસ્તુમાં એવું કશુંય હોતું નથી. વસ્તુઓના પ્રકારનું કર્તા હતાં મનજ છે. દૃષ્ટાંત તરીકે એક વસ્તુ આજ પ્રિય હોય તે થોડા વખત પછી કંટાળા ભરી-તિરસ્કાર્ય લાગે છે. વસ્તુતો એની એજ હોય છે પરંતુ મનનાં તે વસ્તુ તરફનાં વલણ—માન્યતામાં ફેરફાર થયો હોય છે. એકજ વસ્તુ એકજ જણને સારી લાગે છે અને બીજા તેને

નઠારી ગણે છે. સારા કે નરસાપણું એ વસ્તુમાં નથી પણ એ માણસોનાં મનમાં છે. મન જેવું માને તેવું તેને દેખાય છે-લાગે છે. પહેલાં નઠારી હોય તે વસ્તુ પાછળથી સારી લાગે છે અને સારી હોય તે પાછળથી નઠારી લાગે છે. આ બધા ફેરફાર મનનાજ છે. મન સુખ ને દુઃખ પણ માની શકે છે અને દુઃખને સુખ પણ માની શકે છે. બાકી સુખ કે દુઃખ ખરી રીતે હોતાં નથી. મનજ સુખ કે દુઃખની માન્યતા-લાગણી ધરાવે છે મનની આવી સત્તા જાણ્યા બાદ આપણે માણસની મન ઉપર રહેલી સત્તા તપાસીએ.

પોતાના હૃદય-મન અને જીવનનો અધખો તંત્ર માણસના પોતાના હાથમાંજ રહેલો છે. તે તેને ચલાવવો હોય તેમ ચલાવે. માણસ પોતાનાં હૃદય-મન અને જીવન ઉપર કુલ મુખત્યારી સાથે (ખીજનાં ઉપરીપણાં વગર) અમલ ચલાવે છે એ અમલ ચલાવવામાં તે પોતાની મરજી માફક વર્તી શકે છે એટલે કે ઉદ્યોગી કે દુર્લક્ષી થઈ શકે છે તથા સાઈં કે નઠાઈં વર્તન રાખી શકે છે જીવનનો હેતુ સારાંને માટે છે નહીં કે નઠારાં માટે. સાઈં એટલે શું તે જાણવા માટેજ સાથે નઠાઈં રહેલું છે. સાઈં નઠારાંનો મુકાબલો અને નઠાઈં સારાંનો મુકાબલો કરાવનાર છે. આથી નઠાઈં

એટલું ત્યાગી સારું એટલું ગ્રહવું બોધ્યો. સદાચાર  
 એટ હોવાનું કારણ આ છે. સદાચાર પરમ કર્તવ્ય  
 આ કારણથી ગણેલું છે. પોતાનાં હૃદય-મનની કાળજી  
 ઉદ્યોગ પૂર્વક દેખરેખ-સંભાળ રાખી અને તેના ઉપર  
 નિગ્રહ-અંકુશ-સંયમ રાખી તેને શુદ્ધ-સુવ્યવસ્થિત  
 -સુનિયમિત-સદાચારી બનાવવું અને તેને અવળા કે  
 ખોટા—દુષ્ટ માર્ગે ન જવા દેવું એ જ્ઞાન અને સુખ  
 (સ્વર્ગ) નો માર્ગ છે. અધમ—દુષ્ટ રીતે ઢંગધડા  
 વગર કે જેમ કાવે—આવે તેમ બેદરકારીથી વર્તવું,  
 પોતાનાં જીવનને સુનિયમિત બનાવવાનાં પરમ કર્તવ્ય  
 પ્રત્યે દુર્લક્ષ કરવું અને હૃદય—મન—વિચાર ઉપર  
 કોઈ પણ રીતે અંકુશ ન રાખવો કે તેમને શુદ્ધ—સદા-  
 ચારી ન કરવાં એ મોહ—અજ્ઞાન અને દુઃખ (નર્ક)  
 નો માર્ગ છે કયા માર્ગે જવું એ માણસની પોતાની  
 મુખત્યારીમાં છે.

મન—હૃદય અને વિચાર એ ત્રણની ત્રીપુટિ  
 એક રૂપ છે. તેમનું કાર્ય પણ એકજ છે. ગમે ત્યાં  
 તેમાંનું એક કદ્ય હોય ત્યાં એ ત્રણે સમજવાં મન  
 શબ્દને આ ત્રણેની વતી સામાન્ય રીતે વાપરવામાં આવે  
 છે તેથી આપણે પણ તેનોજ ઉપયોગ કરશું.

જીવનની ઉત્પત્તિ માત્ર મનમાંથીજ થાય છે એમ  
 અનુભવથી સિદ્ધ કરનારને સ્વર્ગ—સુખની પ્રાપ્તિ થાય  
 છે. આવી રીતે અનુભવ થકી સિદ્ધ કરતાં કરતાં—એમ કર

વાનો અભ્યાસ-ટેવ-મહાવરો રાખવાથી પોતાના મન ઉપર અમલ ચલાવવાની તથા તેને પોતાની મરજી મુજબ બનાવવાની, વર્તાવવાની તેમજ તેને સર્વથા વશ કરવાનો સત્તા, પોતાનામાં રહેલી છે એમ માણસને જ્ઞાન થાય છે-સમજાય છે. જે માણસ સર્વદા-સર્વથા ઉમદા વિચાર અને કર્મ કરે છે તેનું જીવન સુંદર અને પવિત્ર બની રહે છે અને જીવન એવું બનતાં તેમાંથી સઘળી દુષ્ટતા-પાપ મલિનતા, ગુંચવણ, બ્રાતિ, અજ્ઞાન, અધકાર, દુઃખ-નક નહાસી જાય છે. જે માણસ પોતાનાં મનને અસ્ખલિત ઉદ્યોગ-અભ્યાસ પૂર્વક સલાળી સદા સારા માર્ગે દોરે છે તેને મુક્તિ, જ્ઞાન-પ્રકાશ અને શાંતિનો અભાવ રહેતા નથી. સદાચરણની સામે એવો અભાવ અસંભવિત હોય છે. ગીતામા અર્જુન કહે છે કે-

चंचलं हि मन कृष्ण प्रमाथि बलवद्दमम् ।

तस्याहं निग्रहं मन्ये वायोरिव सदुष्करम् ॥

(હિ કૃષ્ણ ! મન ચચળ છે, જુરનાવાળું-પ્રમાદી છે, જોરાવર છે અને નિગ્રહમાં રાખવું ઘણું કઠિન છે; વાયુને રોકી રાખવો એ જેવું દુષ્કર-અઘરું છે તેવુંજ મનને નિગ્રહમાં રાખવું એ દુષ્કર છે). આના ઉત્તરમાં કૃષ્ણે સમજાવ્યું છે કે અલગત મન દુર્નિગ્રહ છે-ચંચલ છે તથાપિ તેને સંયમમાં લાવવાનો અભ્યાસ જારી રાખવાથી તે વશ થઈ જાય છે. થીઓસોફીકલ સોસાયટીના એક વિદ્વાન શુભેચ્છકે પોતે પ્રસિદ્ધ કરેલી

ગીતામાં ઉપલા શ્લોક નીચે ટીકા કરી છે કે—“ અંતઃકરણની સંકલ્પ વિકલ્પ આત્મક શાન્તિ તે મન; એજ વૃત્તિ પોતાના વિષય ઉપજાવી લઈ તે પાછળ લમે છે, એજ વૃત્તિએ વિષયો વિષે રાગ દ્વેષ ઉપજાવી લે છે, મનુષ્યના જીવને દેહાધ્યાસ પણ એજ કરાવે છે, અને દેહદ્વારા સુખ દુઃખ પણ એજ લોગવે છે, વળી એ સુખ દુઃખથી પોતે જુદું છે એમ અનુભવી જન્મમરણ (પોતાની સ્થિતિનાં પરિવર્તનો અટલે કે અંક વખતે હોવાપણુ અને બીજી વખતે ન હોવાપણુ તે તેનું જન્મ મરણ ) ની રેટમાલથી જે છુટે છે તે પણ એજ છે. એમા રહેલી અનેક તૃણુઓને લીધે તે સર્વદા અસંતુષ્ટ અને દુઃખી રહે છે; પણ સંતોષ પામે છે ત્યારે સુખ અને શાંતિ અનુભવે છે. મન વિદ્યા (જ્ઞાન) વડે પ્રદીપ્ત થાય છે કે અવિદ્યા (અજ્ઞાન) વડે અધ બને છે. જ્ઞાનનો સંબંધ થતાં આત્માનુ સંધાન સાધી લે છે અને અજ્ઞાનથી આવૃત્ત થતાં સંસારની માયાથી લપટાઈ પુનરાવૃત્તિ પામ્યા કરે છે. મનજે શુદ્ધ થાય તો કર્મ પણ શુભ અને જર્નાહતકારી થાય છે; અશુદ્ધ હોય તો સ્વાર્થ અને અશુભ કાર્યોજ થયાં કરે છે. રાગ, ભય, શોક, મોહ વિગેરે ભાવનાઓ તેમજ તેમના વિરોધી ભાવો એ બધી મનનીજ વૃત્તિઓ છે. મન અંતઃકરણ કહેવાય છે, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર એપણુ એનીજ

\* આ કૌંસમાના શબ્દો આ પુસ્તકના લેખકના છે.

વૃત્તિઓ છે x x x x (મનરૂપી) શક્તિ સર્વ દૃશ્ય પદાર્થનું મૂલ છે અર્થાત મન આપણા જીવનનું એક મુખ્ય પ્રકરણ છે. આથી કરી મનનું સ્વરૂપ સમજ્યા વિના “આત્મવિદ્યાનો” લાભ મળી શકતો નથી.” બધી ઇન્દ્રિયોનું અધિષ્ઠાતા-ઉપરિ મન છે. તે વશ થયું કે બીજી બધી ઇન્દ્રિયો જે મનને વશ હોય છે તે આપણને વશ થાય છે. કોઈ પદાર્થ વશ થાય એટલે તેના ઉપાયો અને ક્રિયાઓ પણ વશ થાય છે. ઇન્દ્રિયો વશ થતાં તેમને સારા માર્ગે પ્રેરવાથી સત્કર્મોજ કરાય છે અને સત્કર્મોથી આત્મજ્ઞાન આવે છે સ્વર્ગ-મુક્તિને માટે આત્મજ્ઞાન-આત્મપરિપુર્ણતા મેળવવાનું જ્ઞાન ઘણું જ ઉપયોગી-આવશ્યક છે. ગીતામાં કહ્યું છે કે—

નહિ જ્ઞાનેન મદશં પવિત્ર મિહ વિચિતે ।

x x x x x

જ્ઞાન લબ્ધ્વા પરાં શાંતિ મર્ચિરેણાધિ ગચ્છતિ ॥

(અહીં દુનિયામાં (આ જીવનમાં) જ્ઞાનના જેવું પવિત્ર કરનારું બીજું કાંઈજ નથી; x x x જ્ઞાનને મેળવીને ઉંચામા ઉંચી-પરમ શાંતિ (સ્વર્ગ-મુક્તિ) ને તે (માણસ) જલદીથી પામે છે.)

આ ઉપરથી સમજાય છે કે મનને સારી રીતે કેળવી શુદ્ધ કરવાથી કર્મો પણ શુદ્ધ-શુભ થાય છે, શુદ્ધ કર્મોથી જ્ઞાન પણ શુદ્ધ આવે છે અને શુદ્ધ જ્ઞાનથી પરમશાંતિ (સ્વર્ગ-મુક્તિ) મળે છે. મનને નહારી

વૃત્તિમાં પ્રેરવાથી-નકારી રીતે કેળવવાથી કુકર્મો-વિકર્મો  
એટલે દુરાચાર થાય છે. દુરાચારથી મોહ (શુદ્ધ જ્ઞાનનો  
વિરોધી તે મોહ-અજ્ઞાન-ભ્રાંતિ) આવે છે. મોહ  
અંધન-દુઃખ-નર્કમાં નાખે છે. સ્વર્ગ કે નર્ક-જ્ઞાન કે  
મોહ એકેને મેળવવાનો આધાર મનની કેળવણીના  
પ્રકાર ઉપર રહેલો છે. ક્રીયો પ્રકાર પસંદ કરવો એ  
પુરુષના હાથમાં છે. જીવનનું મુળ મન છે તેથી જીવ-  
નની સુધારણા મનની સુધારણાથીજ થાય છે કેાઈ  
જાડનાં ફળોમાં મરો આવે છે ત્યારે દવા ફળોને ચોપડાતી  
નથી પરંતુ તે તે જાડનાં મુળમાં ભરવામાં આવે છે અને  
તેથી ફળો સુધરી જાય છે તેમ જીવન સુધારવા માટે  
મનને સુધારવું જોઈએ. મુળ સુધર્યાં એટલે ફળો  
સુધરી જવાનાજ.

## મનનો સ્વભાવ અને સત્તા.

જીવનનું કર્ત્તા હોતો અને સ્થિતિસ્થાપક મનજ  
છે. લાગણીઓ-વૃત્તિઓ પણ તેનેજ થાય છે અને તેજ  
તેમને તથા તેમના પ્રકારોને કલ્પન કરે છે. મન પો-  
તાનાં કાર્યનું પરિણામ-ફળ પોતેજ ભોગવે છે. દરેક  
બાબતમાં તે પોતાને માટે કર્ત્તા તથા ભોક્તા છે. તેનું  
કર્ત્ત્વ બીજાને ભોગવાનું હોતું નથી કે બીજાનું કર્ત્ત્વ



તે ભોગવતું નથી પોતેજ પોતાના માટે કર્તા ભક્તા છે તેને મોહ અજ્ઞાન તેમજ સત્ય-જ્ઞાન એ બેયને સૂઝવાની સમજવાની-ઝહવાની શક્તિ રહેલી છે.

સ્વર્ગ કે નર્ક-સુખ કે દુઃખ રૂપી પરિણામ-ભાવિ-ને તૈયાર કરનાર-વણનાર પણ મનજ છે. વિચાર દોરો છે, કર્મો તાણો વાણો છે, જીવન યંત્ર-સાળ છે અને એ બધાંવડે તૈયાર થતું થાન આચરણ-ચરિત્ર છે. જેવો દોરો, તાણો વાણો, સાળ તેવું થાન બને છે અને જેવું થાન હોય છે તેવો ફાયદો કે નુકશાન સુખ કે દુઃખ મળે છે. બધી વસ્તુઓ સારી હોય તોજ સાફ થાન બને છે, એકેમાં જરીકે ખાખી-ખોડ હોય તો થાન તે ખોડના પ્રમાણમા ખોડવાળું-બને છે. આવી રીતે મન પોતાના હાથથીજ તૈયાર કરેલાં વસ્ત્ર પેહેરે છે એટલે કે મન પોતાના કાર્યનું ફળ પોતેજ ભોગવે છે.

શરીર ત્યાં મન અવશ્ય રહેલું હોય છે. માણસ શરીર ધારી હોઈ તેને પણ શરીર સાથે મન મળેલું છે અને મનની સાથે તેને નિયમમાં રાખવાની તમામ પ્રકારની શક્તિ-સત્તા પણ આવેલી હોય છે. એવી સત્તા સાથે તે સત્તાને કેવી રીતે વાપરવી-કેવા માર્ગે પ્રેરવી તેની સ્વતંત્ર ઇચ્છા-મરજી-પસંદગી પણ મળેલી છે. માણસ વિચારો વડે કર્મો કરી અનુભવ મેળાવે છે અને અનુભવ જ્ઞાન જનક છે. આવી રીતે થતા અનુભવને માણસ પોતાની ઇચ્છાનુસાર વધારી કે ઘટાડી શકે છે

કે તેને ત્વરિત કે મંદ-શિથિલ અગર સારો કે નરસો કરી શકે છે. માણસના ઉપર કોઈ પણ બાબતમાં બીજાં ( તેના પોતાના સિવાય કશાંય ) તરફથી કશું પણ ફરજિયાત રીતે બંધન મુકાએલું હોતું નથી પરંતુ પોતાનાં અવળાં કર્મોવડે પોતેજ બંધન ઉદ્ભૂત કરી પછી તેમાં ફસાય છે. તેમજ એવાં બંધનોમાં પડ્યા પશ્ચાત તેની ઇચ્છામાં આવે ત્યારે પાછો તેમનાથી મુક્ત પણ થઈ શકે છે-તે બંધનોને વિખેરી નાખી પણ શકે છે. બંધનમાં પડવું કે ન પડવું, પડ્યા પછી તેમાં પડી રહેવું કે નીકળી જવું એ માણસની તેનાં મન ઉપર ચલાવવાની સત્તાના ઉપયોગની ઇચ્છા ઉપર રહેલું છે બંધન અને મુક્ત માણસની મનને ચલાવવાની સત્તાના ઉપયોગની ઇચ્છાનુંજ પરિણામ છે. પોતાની આવી મનને પ્રવર્તાવવાની સત્તાના ઉપયોગની મરજી વડે માણસ (તે મરજીને અનુસરી) ઉચ્ચ કે અધમ, મૂર્ખ કે બુદ્ધિશાળી, મલિન-દુષ્ટ-પાપી કે પવિત્ર—પુણ્યશાળી—સાધુ થઈ શકે છે એવી સત્તાના ચાલુ ઉપયોગથી માણસ પોતાનામાં પોતાને ગમે તેવો મહાવરો—ટેવો પાડી શકે છે અને તેવી પાડેલી ટેવોને પાછી ફેરવી કે ફેર કરી શકે છે. માણસ પોતાની મરજી મુજબ ચાલી છેક અજ્ઞાની, મોહુ-ભૂલ અધકાર-અસત્યને વશ થઈ શકે છે અને પાછો તે અધકારને વિખેરી સંપૂર્ણ જ્ઞાન-પ્રકાશ

સત્યની પરાકાષ્ટાએ પહોંચી શકે છે. એટલે કે માણસ અધમતા કે ઉન્નાતિ બેચની પરાકાષ્ટાએ ( તે બેમાથી ગમે તેના માર્ગ પકડી ) પહોંચી શકે છે. તે ચહેતો તદ્દન દુષ્ટ થાય કે ચહેતો પૂર્ણતઃ પવિત્ર થાય. મનની શક્તિ અનંત છે અને એ શક્તિને વાપરવાની માણસની ઈચ્છા પણ અગાધ-બહોળી છે.

પોતે કેવી લાગણી-વૃત્તિ લાવી-કરવી એ મનના સ્વભાવમાં રહેલું છે. મનનો જેવો સ્વભાવ હોય છે તેવી તે મરણ કરે છે અને તે મરણ મુજબ વૃત્તિ ભાવ લાવે છે. મનના સ્વભાવને કેવો બનાવવો એ માણસના હાથમાં છે કારણ કે મન જેમ સર્વ ક્રિયા કરનારી ઈંદ્રિયોનું નેતા છે તેમ માણસ તે મનનો રાજા છે. મનને સાડું બનાવવાથી તનો સ્વભાવ સારો થાય છે અને તત્પરિણામે તે સારાં કર્મો આચરે છે. સારાં કર્મોથી જ્ઞાન પણ સાડું થાય છે અને સાડું જ્ઞાન થતાં પાછી મનની કેલવણી પણ સારીજ થાય છે. પોતાનું ભલું ભુંડું કરનાર મન પોતેજ છે. મન પોતે કરેલી લાગણી-વૃત્તિને બદલાવી કે સમૂળી દૂરપણ કરી શકે છે મરણની પરંપરા અને તે પ્રમાણે થતાં મનનાં ચલન અને એ ચલન વડે થતાં કર્મો અને કર્મોના પરિણામ વડે થતા અનુભવથી જ્ઞાનની ઉપલાબ્ધિ થાય છે. જેમ જેમ જ્ઞાન આવતું જાય છે તેમ તેમ મન તેની ખરાબ વૃત્તિઓને બદલાવી-દૂર કરી શકે છે અને ખરાબને

કઢી સારી વૃત્તિયો લાવે છે. આ કારણથીજ જ્ઞાનને પરમોત્તમ સ્થિતિ ગણવામાં આવે છે અને તે છે પણ તેવુંજ; મુક્ત-સ્વર્ગને આપનાર જ્ઞાનજ છે. જ્ઞાનનું મુળ મન છે અને તેથીજ મનને શુદ્ધ કરવાની પ્રથમ આવશ્યકતા છે.

વિચારની આંતર ક્રિયા-ગતિવડે ચરિત્ર અને જીવન રચાય છે માણસ વિચારની આ ક્રિયા-ગતિને પોતાની ઇચ્છા અને આયાસ વડે ફેરવી કે બદલાવી કે દૂર કરી શકે છે. ટેવોનાં પરિબલન, અશક્તિ, દુર્બળતા અને પાપોને માણસ પોતેજ બનાવે છે. અને તેમનો નાશ પણ તેજ કરે છે. બધા દ્વંદ્વો-ભાવોનું અસ્તિત્વ મનમાંજ રહેલું હોય છે. જો કે તે બાહ્ય વસ્તુઓ સાથે સીધો સંબંધ ધરાવતાં હોય એમ ભાસે છે પરંતુ ખરી રીતે જોતાં તેમનું અસ્તિત્વ બહારની વસ્તુઓમાં બિલકુલ હોતું નથી. બાહ્ય વસ્તુઓનો દેખાવ-પ્રકાર આંતર-મનની સ્થિતિ-વૃત્તિના જેવોજ હોય છે. આંતરની વસ્તુ બહારના જેવી કદિ થઈ શકતી નથી. તૃષ્ણા-વાસના-લાલચ બહારની વસ્તુમાં થતી નથી પરંતુ તે અંદરજ થાય છે. વસ્તુ માટેનો તૃષ્ણભાવ તે વસ્તુમાં રહેલો હોતો નથી પરંતુ તૃષ્ણા ભાવ તે વસ્તુ પ્રત્યે મનમાંજ થાય છે. તૃષ્ણા વસ્તુમાં નથી પરંતુ વસ્તુ પ્રત્યે છે એટલે 'પ્રત્યે' હોય તે 'માં' થઈ શકે નહીં પરંતુ જે 'માં' હોય

તે 'પ્રત્યે' કરતાં અવર હોયું જોઈએ. એવી રીતે તૃષ્ણા 'પ્રત્યે' વસ્તુની છે અને 'માં' મનની છે. એટલે મન તેની મરજીમાં આવે તેવી તૃષ્ણા-વાસના લાવે છે-ઉત્પન્ન કરે છે. અલબત્ત વાસનાનું નિમિત્ત વસ્તુ થાય છે પરંતુ ઉત્પાદક તો મનજ છે. કોઈ વસ્તુ માટે એક માણસ-મનને ઇચ્છા થાય છે અને બીજાને થતી નથી માટે જો ઇચ્છાની ઉત્પત્તિ તે વસ્તુમાંજ હોય તો તે પ્રેય મનને એક સરખી રીતે થતી જોઈએ. વસ્તુ તો એકજ છે-મન જુદાં છે. એકમાં એવી ભિન્નતા સંભવે નહીં. આ વિપર્યયી ઇચ્છા વસ્તુમાં નથી પણ મનમાંજ છે એમ સ્પષ્ટતઃ માલુમ પડે છે મન આવી ઇચ્છા તેના પોતાના સ્વભાવ-દેવ મુજબ કરે છે. આ જોતા દુઃખ કે સુખ, દિલગીરી કે આનંદ બહારની વસ્તુઓમાં કે જીવનના બનાવોમાં નથી પરંતુ તે વસ્તુઓ અને બનાવો પ્રત્યે થતા મનના ભાવ-વલણમાં છે. મનને તેના સ્વભાવ-મહાવરા મુજબ જેવું લાગે છે તેવું માને છે. સુખ દુઃખ, હર્ષશોક, ગ્લાનિ આનંદ, સ્નેહ તિરસ્કાર, દયા નિર્દયતા, ક્રોધ શાંતિ, ઘમંડ (ગર્વ) સરળતા, રાગદ્વેષ, કામના ત્યાગ, વિગેરે આવાં બધાં મનનાંજ ઉત્પન્ન કરેલાં હોય છે. તેમનો નાશ પણ મનજ કરે છે. તે બધા મનના સવળા અવળા-જુદા જુદા તેના સ્વભાવ અને દેવ મુજબના લાવો છે.

શુદ્ધ અને બુદ્ધિશાળી મન, જે ઇચ્છા-તૃષ્ણા-વાસના-લાલચ દુઃખદાયક હોય તે બધીનું સદા નિ-વારણ-નાશ કરે છે. લોભ-વાસનાના ક્ષયથી મનને જ્ઞાન અને શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

બીજાને અનિષ્ટકારી-દુઃખદાયક-નુકસાન કરતાં ગણી કાઢવાથી-માની લેવાથી કે અનિષ્ટ બનાવના દોષ બહારની વસ્તુઓ ઉપર મૂકવાથી માણસનાં તેને આ દુનિયામાં સાંપડતાં દુઃખ, પીડન કે અશાંતિનો અંત આવતો નથી કે તે ઓછા થતાં નથી; તેમ કરવાથી-તેમાં મન વળગાડી રાખવાથી ઉલટો તેમના ઉપદ્રવમાં - વધારો થાય છે. બહારની એવી સ્થિતિઓ તો માત્ર આંતર સ્થિતિઓનું પ્રતિરૂપ-પ્રતિચ્છાયા-પરિણામ-અસર હોય છે. તેથી હૃદયને શુદ્ધ બનાવવાથી એવી સર્વ ગ્રાહ્ય સ્થિતિઓ-વસ્તુઓ શુદ્ધ અને અનિષ્ટતા રહિત બની રહે છે.

આ અગાધ-અકલિત પ્રકૃતિનો સ્વભાવ-ક્રમજ એવો છે કે દરેક ઉત્પત્તિ અને સ્થિતિ (જીવન) અંદરથી બહાર આવે છે અને દરેક ક્ષીણતા અને લય (અંત-મૃત્યુ) બહારથી અંદર જાય છે. તમામ ઉદભવ અને તેની વૃદ્ધિ અંદરથીજ થયાં કરે છે; તેમજ તેની સુધારણા-પુનરોત્પત્તિ પણ ત્યાંજ થયાં કરે છે. જે માણસ દરેક બાબતમાં અન્યને નિમિત્ત

કે કારણ ભૂત માનવાનું છોડી દઈ માત્ર પોતાનાં મનનેજ બધી બાબતોનું નિમિત્ત-કારણભૂત માની તેનું (મનનું) રૂપાંતર, પુનરોત્પત્તિ-સુધારણા અને વિકાસ કરવામાં પોતાની સઘળી શક્તિનો ઉપયોગ કરે છે તે માણસની ઉદ્યોગશક્તિ અને જીવન સુરક્ષિત બને છે. માણસ જેમ જેમ પોતાનાં મનને એકાગ્રતા-યોગમાં લાવતો જાય છે-વશ કરતો જઈ સુમાર્ગે પ્રેરતો જાય છે તેમ તેમ તેને જ્ઞાન અને સુખની પ્રાપ્તિ થતી જાય છે અને હયા તથા પરોપકાર વૃત્તિથી પોતાની માફક બીજાને પણ સુખદાવસ્થા પ્રતિ પ્રેરતો-દોરતો જાય છે. જ્ઞાન અને શાંતિનો માર્ગ બીજા કોઈનાં મન ઉપર અબત્યાર અને નિષે-બાની ધારણ કરવાથી મળી જતો નથી પરંતુ પોતાનાંજ મન ઉપર વાસ્તવિક અબત્યાર ચલાવવાથી-તેને સુમાર્ગે પ્રેરવાથી તથા સદાચારમાં સદા દૃઢતા-પૂર્વક પ્રવૃત્તિ-પરાયણ રહેવાથી મળે છે.

માણસનું સઘળું જીવન તેનાં હૃદય-મનમાંથી ઉદ્ભવ પામી આગળ વધે છે. મન પોતાનાં કર્મો અને વિચારો વડે બનેલું હોય છે. તેથી તેને વિચાર અને કર્મથીજ ફરી ઘડી કે સુધારી શકાય છે. આમ કરવાથીજ જીવનનો ક્રમ-પ્રણાલિકા બદલાવી શકાય છે. મન અને જીવનની સુધારણા આપણે હવે તપાસીએ. તે સારાં કર્મો કરવાની ટેવ પાડવાથી થાય છે.

## ટેવ પાડવાની રીતિ.

દરેક સ્થાયી મનોદશા-મનોવૃત્તિ મનને તેવા પ્રકારની ટેવ પાડવાથીજ થયેલી હોય છે. એકનો એક વિચાર વારંવાર કરવાથી તે વિચારના પ્રકાર મુજબની ટેવ પડી રહે છે.

વિષાદ-ઉદ્વેગ અને આનંદ, પ્રમાદ, ગુસ્સો અને શાંતિ, લોભ અને ઉદારતા અને એવાં બધાં પ્રથમ તો આપણી ઇચ્છાથીજ પ્રભુત્ત થાય છે અને આખરે તે બધાં સ્થાયી ટેવો બની જઈ પછી આપણી ઇચ્છાનીચે પરવા કર્યા વગર સ્વતઃ વાહુક-સ્વતઃ પ્રચલિત બની જાય છે. ટેવને એકવાર પાડીને સ્થાયી કર્યા પછી આપણી મગ્જ હોય કે ન હોય તથાપિ તે તેનું કાર્ય કર્યા વગર રહેતી નથી. તેમ કરવાનો તે ટેવનો સ્વભાવ હોય છે. સ્વભાવ અનિવાર્ય હોય છે. એક ટેવને કાઢવા માટે તેનાથી પ્રતિકૂળ બીજી ટેવ પાડવી જોઈએ. એક ખીલો ખીજા ખીલાને ખસેડે તેની માફક એક સંગીન-મજબૂત ટેવ બીજી ટેવને હટાવે છે. એકવાર પડી ગયેલી ટેવને સહેલાઈથી ખાળી-હાંકી કાઢી શકાતી નથી. તેને હાંકી કાઢવા માટે નવી તેનાથી સારી અને સખગતર ટેવ પાડવાનો પરિશ્રમ કરવો પડે છે. દૃષ્ટાંત તરીકે પાન ખીડી ખાવાની ટેવ. પ્રથમ પાન ખાવાની ઇચ્છા થાય છે; તે ઇચ્છાને આવીન થઈ પાન એક ખવાય છે, એકવાર ખાઈ



ફરી ખાવાની ઇચ્છા થાય છે; એમ કરતાં કરતાં આગળ આગળ વધુ વધુ ખવાય છે—પાનની સંખ્યા વધતી જાય છે. એ તો સ્વાભાવિક છે કે ઉત્પત્તિ તેની વૃદ્ધિ અને ક્ષીણતા તેનો વિનાશ. કેટલાક હડાડા પછી પાનખાવાની ટેવ સ્થાયી બની જાય છે. વળી કેટલાકને પ્રથમ પાન ખાતાં પછવાડે સાથે તમાકુ નાખવાની પણ ટેવ પડે છે આ ટેવનો અભ્યાસ ચાલુ રહેતાં આખરે તે સ્વતઃ ચરિત થાય છે અને આપણે તેને અટકાવી શકતા નથી આપણી મરજી ન હોય છતાં ટેવ આપણને ફરજિયાત રીતે પાન ખવડાવે છે અને તેને વશ થઈ આપણને ખાવું પડે છે. સ્થાયી ટેવ આખરે સ્વતંત્ર બની આપણને વશ બનાવી લે છે આવી સ્વતચર ટેવને કાઢવા માટે આપણે પાન ન ખાવા રૂપી નવી અને વધુ સખળ ટેવ પાડવાની જરૂર છે. નવી ટેવ જીની કરતાં વધુ સખળ હોય તો જીનીને હાંકી કાઢે છે પરંતુ જો એાછા બળ વાળી હોય તો નવી ઉલટી જીનીનું લક્ષ થઈ પડે છે અને જીની પાછી વધુ પ્રબળ બને છે. નવી ટેવમાં દૃઢ ઇચ્છા—નિશ્ચય—ઉદ્દેગ—અચળતાની આવશ્યકતા હોય છે. આ પ્રમાણે તમામ પ્રકારની ટેવોનું સમજવું. ટેવ પાડવી તથા કાઢવી એઉ રીતે અધરી છે. ઉદ્દેગ વગર તે થઈ શકતું નથી.

એકનો એક વિચાર ફરી ફરી-વારંવાર લાવ્યાં કરવાથી આખરે તે એક સ્થાયી માનસિક ટેવ બની જાય છે. જીવન આવી સ્થાયી માનસિક ટેવોનું બનેલું હોય છે.

મનનો સ્વભાવ એવો છે કે કર્મના પરિણામથી થતા અનુભવની પરંપરા થકી જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે. જે વિચાર પહેલા કઠિન હોય તે વારંવાર લાવ્યાં કરવાથી આખરે સ્વાભાવિક અને સ્થાયી ટેવ રૂપ બની જાય છે. બાળક જ્યારે હુન્નર શીખવાની શરૂઆત કરે છે ત્યારે તેને પહેલાં તો એજાનર પાણુ બંરાબર પકડતાં આવડતું હોતું નથી અને વાપરતાં તો બિલકુલજ નથી આવડતું હોતું. પરંતુ ધીરજ અને કેતસાહ પૂર્વક ઉદ્યોગ-અભ્યાસની પરંપરા જારી રાખવાથી આખરે તે તે હુન્નરમા ક્રમે ક્રમે કરી નિપુણતા મેળવે છે. આવી રીતે સારા વિચાર પ્રથમ સમજવા કે લાવવા અઘરા હોય છે પરંતુ તેમની પછવાડે મન્યા રહેવાથી તે આખરે સ્થાયી-સહેલા અને સ્વાભાવિક તેમજ સ્વતાઃઆવૃત્ત બની જાય છે.

મનની તેની ટેવો અને વૃત્તિયો-ભાવો-લાગણીઓ ઘડવાની, બદલાવવાની, નાશ કરવાની અને ફરી ઘડવાની સત્તા ઉપરજ માણુસનાં મુક્તિનો-સ્વર્ગનો આધાર રહેલો છે. માણુસને જેમ હાનિકર્તા ટેવો પાડવાની સત્તા છે તેમ શ્રેયસ્કર પાડવાની પણ છે.

સામાન્ય રીતે કહેવાય છે કે સત્કર્મ કરવા કરતાં દુષ્કર્મ કરવું અને પુણ્ય કરતાં પાપ કરવું તથા પવિત્ર-સાધુ બનવા કરતાં મલિન-દુષ્ટ બનવું સહેલું-સુતર છે. આ કથન લગભગ અખિલ વિશ્વ-સર્વ ધર્મો અનુભવ સિદ્ધ-સત્ય માને છે અને મહાત્મા બુદ્ધ જેવો મહાન તત્ત્વજ્ઞ પણ કહે છે કે-“ દુષ્કર્મો અને આપણને પોતાને હાનિ પહોંચાડે એવાં કર્મો કરવાં સહેલાં છે, સદ્ અને શ્રેયસ્કર કર્મો કરવાં ઘણાં કઠિન હોય છે.” આ કથન શુદ્ધ-કેવળ સત્ય ભરેલું નથી એ કથન અજ્ઞાનીના સંબંધમાં ખરૂં છે પરંતુ જ્ઞાનીના સંબંધમાં તો લેશ પણ નથી. અજ્ઞાનીને તેનાં અજ્ઞાનને અંગે અવળી ટેવ પડેલી હોય છે તેથી તેને એ ટેવના પ્રભાવે કરી દુષ્કર્મ સુતર લાગે છે એટલે કે કરવું ગમે છે સવળી ટેવવાળાને તો તે ઉલટું કઠિન લાગે છે અને તેને સત્કર્મ કરવું સહેલું લાગે છે તથા ગમે છે કર્મ ગમે તેવા પ્રકારનું હોય પરંતુ તેને કરવા માટે ક્રિયા શક્તિ તો અવશ્ય જોઈએ છીએ. ક્રિયા વગર કોઈ કાર્ય થઈ શકતું નથી. ક્રિયા તો સારા કર્મ માટે તેમજ ખરાબ કર્મ માટે એક સરખીજ રીતે કરવી પડે છે. ક્રીયું કર્મ કરવું એ માત્ર પસંદગીનો પ્રશ્ન છે. અવળી પસંદગી દુષ્કર્મ સુઝાડે છે જ્યારે સવળી સત્કર્મ પ્રતિ પ્રેરે છે. કઈ પસંદગી કરવી એ માણસનાં જ્ઞાન ઉપર આધાર રાખે

છે. જેવું જ્ઞાન તેવી પસંદગી માણસ કરે છે. મહાત્મા બુદ્ધનું કહેવું એક રીતે ઠીક છે કારણ કે દુનિયામાં માણસની પરિસ્થિતિ-આસપાસની સ્થિતિ એવી હોય છે કે દુનિયાની પરવા રાખે તો તેનાથી બધાંય સત્કર્મો કરી શકતાં નથી. દુનિયાને સત્કર્મ અમતાં હોતાં નથી તેથી તેને સત્કર્મ કરતાં દુનિયા તરફથી સગવડ આપવામાં આવતી નથી પરંતુ ઉલટી મુશ્કેલીઓ નાખવામાં આવે છે. કલ્પીયુગ એટલે દુર્ગંધો-વિકર્મોનો સમય. દુનિયા અત્યારે કળીયુગ તળે છે. સત્કર્મોને દુનિયા ઘણા પ્રકારે હેરાન કરે છે તેથી સત્કર્મ કઠિન છે. જે માણસને દુનિયાની પરવા નથી પરંતુ માત્ર સત્યની પરવા છે તે સત્કર્મોમાંજ પ્રવૃત્ત-પરાયણ રહે છે. તેને દુનિયા સાથે વલગાણ હોય તો દુનિયા તેને હેરાન કરી શકે પણ ન હોય તો શું કરી શકે? આપણને કુટુંબજાળ-સમાજ-ધંધો-ઉદ્યોગ-ઉદર પોષણ વિગેરેની ફરજ-ભારણ હોવાથી દુનિયાના રાગમાં રહેવું પડે છે અને એમ રહેતાં સત્કર્મો બરાબર કરી શકાતાં નથી. આપણે દુનિયાને ઉપરોક્ત ભારથી તણ દેવાની હિંમત ભરી શકતા નથી અને એવી હિંમત વગર કશુંય બની શકતું નથી. આપણે આ જાણ્યા છતાં દુનિયાનો ત્યાગ કરવાને અશક્ત હોવાથી દુનિયાની ખાતર સત્કર્મોનો ત્યાગ કરીએ છીએ. મહાત્મા બુદ્ધનો અનુભવ સિદ્ધ બોધ આવી પરિસ્થિતિને પરિણામે ખરો છે બાકી તત્વ

દષ્ટિમાં ખરો નથી. દુનિયા કળીયુગને વશ હોઈ તેનામાં અજ્ઞાન પ્રસરેલું છે અને તેથી વિકર્મ કરવામા રાજ રહે છે અને બધો સગવડો વિકર્મને માટે કરેલી છે. તેથી સત્કર્મને સગવડ મળતી નથી અને તેજ કારણથી સત્કર્મ કરવું આ દુનિયામાં કઠિન લાગે છે. જે સત્યનોજ સેવક હોય, જેને સ્વર્ગનીજ આકાંક્ષા હોય તે દુનિયાની કઠિનતા-નર્કવસ્થાની સ્થિતિનો પરિત્યાગ કરી પોતાના ઉચ્ચ માર્ગે આશા-ધૈર્ય અને ઉદ્યોગ પૂર્વક અસ્ખલિત રીતે ચાલ્યો જાય છે. સત્ય માર્ગે વિચરવાથી આત્મક-માનસિક સુખ મળે છે અને આ સુખ તેજ સ્વર્ગ. મનની-આત્માની ચિતા-વ્યથતા તે નર્ક છે દુનિયાના માર્ગે ચાલવાથી સદા આવી ચિતાને ભોગ થવું પડે છે જ્યારે તે માર્ગને ત્યાગી સત્યના માર્ગે ચાલવાથી નિરાંત મળે છે. આથીજ બ્રહ્મજ્ઞાનીઓ જગત્ને અસત્ય કહે છે. બ્રહ્મ સત્ય છે. બ્રહ્મ એટલે સદ્જ્ઞાન.

આ ઉપરથી જણાશે કે સારા કરતાં નકાર કરવું સહેલું છે તે અનુભવ (વાત-માન્યતા) તદ્દન અસ્થિર અને પાયા વગરનો છે. ગમે તે પ્રકારનાં કર્મમાં મહેનત તો અવશ્ય કરવીજ પડે છે તો પછી મહેનત સારાં કર્મ માટે શ્યા સાફ ન કરવી કે જેથી બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ થાય? મહેનતને નકારાં કર્મો કરવામાં ફોગટ વાપરવી એ પહેલા નાંખરની મૂર્ખાઈ અને પોતાનેજ હાનિ

કરવાની વૃત્ત. દુષ્કર્મમાં સહેલાઈ રહેલી માનવી એ અનંત સત્યના સ્વભાવની બાબત નથી, એતો મોહ અને આપણને પોતાને ઠગવાની બાબત છે, એ માન્યતાથી આપણે આપણને પોતાનેજ ઠગીએ છીએ. આ દુનિયામાં હાલ કળીયુગ પ્રવર્તેલો હોવાથી સર્વત્ર અજ્ઞાન પ્રસરેલું છે અને તેથીજ મનુષ્યને સદ્ કરતાં બદ્ કરવું સહેલું પડે છે. દુનિયા કળીયુગ વશ હોવાથી તેણે સદ્નાં સાધનોનો લય કરી સર્વત્ર બદ્નાં સાધનો મોબુદ રાખેલાં છે. અને જ્યાં બુદ્ધિ ત્યાં એજ દ્રષ્ટિ ગોચર થાય છે તેથી બદ્ કરવામાં સુગમતા—સહેલાઈ થાય છે અને સદ્નાં સાધનો વિચ્છિન્ન હોવાથી તેમને શોધવાં પડે છે માટે તે કઠિન જણાય છે અજ્ઞાની આવી સહેલાઈ પસંદ કરે છે અને કઠિનતા પસંદ કરતો નથી કારણ કે તેને વસ્તુ—બાબતના પરિણામનું જ્ઞાન હોતું નથી કે તે સાઝું હોય છે કે ખોટું. વસ્તુ—બાબતનો ખરો સ્વભાવ તથા જીવનનો ખરા અર્થ અને હેતુ ન સમજ્યાથીજ બદ્ કરવું સહેલું લાગે છે અને ગમે છે, પરંતુ એ સમજતાં સદ્ કરવું સહેલું લાગે છે અને બદ્ ઉલટું કઠિન લાગે છે. દૃષ્ટાંત તરીકે—જ્યારે કોઈ બાબત લખતા શીખવા માંડે છે ત્યારે પત્થર પાટીને અવળી રાખવી અને વતરણાંને ખોટી રીતે પકડવું અને સાચા અક્ષરોને બદલે ખોટા લખવા કે અમસ્તા વ્યર્થ લીટા તાણવા એ તેને ઘણુંજ સહેલું—સુગમ લાગે છે અને પાટીને સરખી રાખી વતરણાંને બરાબર પકડી

સાચા અક્ષર લખવા એ તેને તે વખતે-શરૂઆતની  
 સ્થિતિયે ઘણુંજ દુઃખદ રીતે કઠિન થઈ પડ્યું હોય  
 છે. આનું કારણ એજ કે બાળકને હજી લેખન  
 કળાનું જ્ઞાન થયેલું હોતું નથી. પરંતુ બાળક જેમ  
 આગળ આગળ અભ્યાસ કરતું જાય છે તેમ તેમ  
 તેને લેખનકળાનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થતું જાય છે અને  
 જ્ઞાન પ્રાપ્ત થતાં તેને પાટી સરખી રાખતાં, કલમ-પેન  
 બરાબર પકડતાં અને બરા અક્ષર લખતાં બરાબર  
 આવડે છે અને તે વખતે ઉલટું ખોટું લખવું-વ્યર્થ  
 લીંટા તાણવા એ કઠિન થઈ પડે છે. જે બાળકનું  
 જ્ઞાન થાય છે તે બાળક સ્વાભાવિક, સહેલી અને  
 સ્થાયી બની જાય છે. આ ઉપરથી જોવાશે કે ખોટું  
 લખવું અને સાચું લખવું એ બેયમાં લખવાની  
 મહેનત તો એક સરખીજ પડે છે-ચાલતો સાચા અક્ષર  
 લખે કે ચાલતો વ્યર્થ લીંટા તાણે કે ખોટા અક્ષર  
 લખે અજ્ઞાન ખોટું કરે છે જ્યારે જ્ઞાન સાચું-  
 સાફ કરે છે. જ્ઞાનીને ખોટું કઠિન લાગે છે-જ્યારે  
 અજ્ઞાનીને સાફ કઠિન લાગે છે. જ્ઞાનને અંગે જ્ઞાનીને  
 ખોટું કઠિન લાગે છે અને અજ્ઞાનને અંગે અજ્ઞાનીને સાફ  
 કઠિન લાગે છે. અજ્ઞાનને અંગે ખોટું સાચું સમજાય  
 છે. કોઈ બાણી બુદ્ધિને તો પોતે જેને ખોટું સમજે તે  
 કરે નહીં પરંતુ પોતાના જ્ઞાન મુજબ જે સાફ માને  
 તેજ કરે છે. સાફ કીચું અને ખોટું કીચું તે સમજવા  
 માટે જ્ઞાન જોઈએ અને આથીજ જ્ઞાન આવશ્યક છે

અને સર્વથા શ્રેષ્ઠ-સિદ્ધિદા ગણાય છે. જોડામાંથી દૂર થવું તે મોક્ષ અને મોક્ષને આપનાર જ્ઞાનજ છે. જ્ઞાનોદેવહિ કૈવલ્ય ( જ્ઞાનથીજ કૈવલ્ય-મોક્ષ છે. ) આ દુનિયામાં અજ્ઞાન વ્યાપેલું હોવાથી સત્ય સમજાતું નથી અને તેથી સત્યનું અનુગમ કરાતું નથી. જ્ઞાન થતાં સત્ય લાગે છે. મન અને આત્માની બાબતોમાં પણ આજ રીતિ લાગુ પડે છે. સત્ત્વિચાર અને સત્કર્મ કરવા પૂર્વે તેમને કરવાની સ્થાયી મરજી-પ્રયાસ-અભ્યાસ અને ટેવ પાડવાની અગત્ય પડે છે. તેમને કરવાની ટેવ પડતાં તે સહેલા અને સુગમ લાગે છે અને બદ વિચાર અને બદ કર્મ આકરા થઈ પડે છે. દુર્વિચાર અને દુષ્કર્મમાં રહેલાં નુકસાનનું જ્ઞાન તે કર્મના પરિણામથી થતા અનુભવ વડેજ આવે છે. કર્મ કયા વગર અનુભવ થતાં નથી અને અનુભવ વગર જ્ઞાન આવતું નથી. અનુભવ માણ્યને સિદ્ધ બનાવે છે દુરાચારણને પરિણામે થતાં નુકસાનનો અનુભવ થતા દુરાચારનું જ્ઞાન થાય છે અને ત્યારેજ તે તજાય છે અને તે અનુભવ માથે સદાચારના પરિણામે થતાં શ્રેય-ફાયદાનો પણ અનુભવ થવાથી પછી સદાચાર તરફ વલણ જાય છે. કાર્ય કરવું એ ઈદ્રિયોનો સ્વભાવ છે. તેમનો સ્વભાવ અટકાવી શકાતો નથી. કાર્ય કરવામાં તો તે પ્રવૃત્ત-મદ્દમ રહેવાની. પછી તેમની પાસે કયું કાર્ય કરાવવું અને કયું નહીં કરાવવું એ આપણી મુનસફીમાં રહેલું છે. આપણે



નિશ્ચય કરીએ કે કાંઈ કરવુંજ નહિં પરંતુ તે નિશ્ચય  
 વ્યર્થ છે કારણ કે કૃષ્ણ ગીતામાં કહે છે તેમ પ્રકૃતિ સ્વા  
 નિયોક્ષ્યતિ ( પ્રકૃતિ તને તેમાં જે ચીને નાખશે ) એટલે  
 ઈન્દ્રિયોજ આપણને કામ કરાવ્યા વગર નહીં રહે  
 કે પોતે કામ કયાં વગર નહીં રહે કેમકે પ્રકૃતિયે  
 તેમને કામ કરવા સારૂજ સૃજેલી છે એટલે તેમનાથી  
 કોઈ પણ કામ કયાં વગર તો રહી શકાતુંજ નથી  
 અને એ પ્રકૃતિની બાબત હોવાથી આપણે તેને  
 અવરોધી શકતા નથી માત્ર ઉપયોગ આપણા  
 હાથમાં છે બાકી અવરોધ તો નથી. ત્યાજ કૃષ્ણ  
 - આગળ કહે છે કે—

સ્વભાવેજન કૌંતય નિવદ્ધઃ સ્વેન કર્મણા ।

કર્તુ નેચ્છસિ યન્મોહાત્કરિણ્યસ્યવશોઽપિતત્ ॥

( હે કૌંતય ! તારા પોતાના સ્વભાવથી જે કર્મ  
 પેદા થયેલું છે તે કર્મથી તું બંધાયેલો છે અને  
 ભુલવણીમા ભોળવાઈને તે નહીં કરવાની મરજી થાય  
 છે પણ પરાધીન પણે તે તું કરીશ ) એટલે કે  
 આપણું આ શરીર-ઈન્દ્રિયો કાર્ય કરવાને માટેજ  
 સૃજાયેલી છે અને તેથી કામ કરવાને આપણે  
 બંધાયેલા છીએ છતાં અજ્ઞાનને લીધે આપણે કાંઈ  
 પણ ન કરવાનો નિશ્ચય કરીએ તો તે ચાલે તેમ નથી.  
 આપણને પરાધીન પણે કામ કરવું પડે છે. ઈન્દ્રિયોજ  
 કામમાં પ્રેરે છે. આવું હોવાથી કર્મ તો અવશ્ય

અને અનિવાર્ય હોઈ સત્કર્મ કરવું જોઈએ અને  
 દુષ્કર્મ નહીં કરવું જોઈએ શરીર-ધંદ્રિયો કાંઈ  
 દુષ્કર્મજ કરે છે એમ નથી. એ તો તેમની પાસે જે  
 કરાવીએ તે કર્મ કરે છે. એક એન્જન વણવાનાં યંત્રો  
 ચલાવે છે અને લાકડું વેરવાનાં પણ ચલાવે છે.  
 એ એન્જન પાસેથી કયું કામ લેવું એ ઇજનેરના  
 હાથમાં છે. તેમ આ શરીર એન્જન રૂપે છે. તે  
 કામ કર્યા વગર તો રહી શકતું નથી અને આપણે  
 તેને અક્રિય રાખવા મશીનને છતાં પણ આપણો શ્રમ  
 અફળ જાય છે અને તે તો કામ કર્યાં કરે છે માટે  
 તેની પાસેથી સત્કર્મજ લેવું જોઈએ ખોટું લેવું  
 હોય તો તે તો તે પણ કરે છે પરંતુ આપણા માટે  
 ઇષ્ટ-પ્રેયસ્કર સત્કર્મ લેવું એ છે. શું આપણે જાણી  
 ખુલ્લું આપણને નુકસાન કરવા ઇચ્છશું? નહીંજ!  
 એક પાણીનો ધોધ આવેલો હોય, તેની નજીકમાં વાડી  
 હોય અને ખીજી નકામી જમીન પણ હોય. તે  
 ધોધને વાડીમાં વાળવાથી તે વાડીમાં પાણી પુરું  
 પાડે છે અને ફાયદો આપે છે પરંતુ નકામી જમીનમાં  
 વાળવાથી વ્યર્થ જાય છે અને વાડીને નુકસાન થાય  
 છે. તે ધોધને વાડીમાં પણ ન વાળીએ કે પડતર  
 જમીનમાં પણ ન વાળીએ અને તેના આડો બંધ  
 બાંધીએ તો તેથી કાંઈ ધોધ અટકી જતો નથી.  
 તે તો આવવાનોજ. આપણે તેનો ઉપયોગ નહીં કરીએ  
 તો તે તેની મેળે તેનો માર્ગ કરી લે છે. આવી

રીતે પ્રકૃતિએ જેને કાર્ય કરવાને માટેજ સજ્જેલ છે તે શરીર-ઈંદ્રિયો આપણે વાળીએ ત્યાં વળે છે અને કામ કરે છે અને તેમને અટકાવીએ છતાં તે સ્વતાંત્ર હોઈ તેમનું કાર્ય તો કર્યા વગર નથી રહેતી. જ્યારે આવી અનિવાર્યતા છે અને ઈંદ્રિયોને અટકાવવાનું આપણામાં સામર્થ્ય નથી ( પરંતુ ઉપયોગ કરવામાં છે ) તો પછી તેમની પાસેથી કામ-આપણને ફાયદા-વાળું કામ એટલે સત્કર્મ કરવા સાથે તેમને શ્યા માટે નહીં વાપરવી? તેમ નહીં વાપરવીએ આપણને પોતાનેજ હાનિ થાય છે. પોતાનેજ હાનિ કરવા જેવી મૂખાઈ કોણ કરે? ઈંદ્રિયો તેમના ઉપયોગના પ્રકાર મુજબ સ્વર્ગ તેમજ નર્કની સિદ્ધિ કરી આપે છે તો પછી તેમને સ્વર્ગની સિદ્ધિ માટે કેમ ન વાપરવી? નર્કમાં રહેલું કોને ગમે?

ઈંદ્રિયોને જેવું કામ કરવાની ટેવ પાડીએ તેવું તે કામ કરે છે. તેમને તો બધુંય કાર્ય એક સરખુંજ છે. તેમને નથી કોઈ સહેલું કે નથી કોઈ કઠિન પરંતુ સઘળુંય સરખું છે. તેમને તો જે કરે તે સહેલુંજ હોય છે. કારણકે પોતાનું ઈર્તવ્ય સર્વને સહેલુંજ હોય છે.

જેમ કોઈ કારીગર તેના ધંધામાં અસ્ખલિત અભ્યાસથી કુશળ બની જાય છે તેમ માણસ પણ સદાચારનો અસ્ખલિત અભ્યાસ રાખવાથી તેમાં પરિ-

પૂણ્ય-સિદ્ધ બની શકે છે. કારીગર જેમ હુથિયારો ઓળતો વડે પોતાનું કામ કરે છે તેમ માણસને આ શરીર-ઇન્દ્રિયો રૂપી ઓળતો છે. સદાચાર માત્ર સારા વિચાર અને સારા કર્મો કરવાની ઇન્દ્રિયોને દેવ પાડવાથીજ પ્રાપ્ત થાય છે. જે માણસને સત્વિચાર અને સત્કર્મો સ્વાભાવિક-સ્થાયી અને સહેલાં થઇ પડ્યાં હોય અને દુર્વિચાર તથા દુષ્કર્મો ઉલટાં દુષ્કર થઇ પડ્યાં હોય તેનેજ સદાચાર-ઉચ્ચ નીતિ રીતિ અને શુદ્ધ આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે આત્માનં પર્યેત (તું તારા આત્મને ઓળખ) એટલે કે તું તારાં કર્તવ્યને ઓળખ અને પછી તે કર્તવ્યમાં પરાયણ રહે. એટલે સિદ્ધિ-સ્વર્ગ અવશ્ય માળગે.

દુષ્કર્મ-પાપ કરવું એ સહેલું અને સ્વાભાવિક લાગવાનું કારણ એ છે કે આપણે અભ્યાસની પરંપરાથી આપણામાં વિચારની હાનિકારક અને અજ્ઞાન ભરી દેવો પાડી દીધેલી હોય છે. જે બાબતની દેવ હોય તે સહેલું લાગે છે. નઠારાંની હોય તો નઠારૂં અને સારાંની હોય તો સારૂં સહેલું લાગે છે. લાગ આવે ત્યારે ચોરી કરતાં અટકવું (એટલે ન કરવી) એ ચોરને માટે બહુજ કઠિન હોય છે કારણકે ચોર હમેશાં ચોરી કરવાના વિચારોનેજ પોષતો રહે છે-પોષ્યાં કરે છે. પ્રમાણિક માણસને ચોરી ન કરવી એ કઠિન લાગતું નથી કારણકે તે તો હમેશા પ્રમાણિક વિચારોનેજ પોષતો

હોય છે અને ચોરીનો વિચાર તેણે બહિષ્કૃત કર્યો હોય છે. જે કરવાનો વિચાર તે કર્યા વગર રહી શકાતું નથી; એન પણ ત્યારેજ પડે છે. ચોર તેનાં અજ્ઞાનને અંગે ચોરી કરવામાં પોતાને ક્ષાયદો થતો સમજે છે. તે સમજે છે કે તેમાં તો ક્ષાયદોજ થાય છે અને તેમાં રહેલાં નુકસાનને સમજનો હોતો નથી—પ્રામાણિક માણસને ચોરીમાં રહેલાં પાપ મૂર્ખાઈ અને વ્યર્થતાનું જ્ઞાન થયેલું હોય છે. એ જ્ઞાન થતા જ તે પ્રામાણિક બન્યા હોય છે અને તેથી પ્રામાણિકતામાં ક્ષાયદો સમજી તે પોતાનાં હૃદયમાં ચોરીના વિચારને કદિ પણ પેસવા દેતો નથી. આવી રીતે ચોર સદા ચોરીનાજ વિચારોનો પોષક હોવાથી તેને કદિ પ્રમાણિક વિચાર આવતો નથી. લાગ છતાં ચોરી ન કરે તે પ્રણાણિક ગણાય. લાગ કોઈ વાર ન મળવાથી ચોરી ન કરી શકે તે કાંઈ ખરો પ્રમાણિક ગણાય નહીં. આવીરીતે દરેક પાપનું સમજવું. કોઈ પણ પાપ કરવાનો કદિ પુરતો લાગ-સગવડ હોય છતાં તે ન કરવું એનું નામ સાધુતા-પવિત્રતા. પાપ કરવાનો કદિ લાગ કે સગવડ ન મળતી હોય અને જેથી પોતાનાથી પાપ ન કરી શકાતું હોય તે માણસ કહે કે—“હું પવિત્ર છું અને કદિ પાપ કરતો નથી, ”—તો તે વ્યર્થ છે. લાગ મળે નહીં અને પોતે કરી શકે નહીં તેથી કરી કાંઈ પાપ કરવાની વૃત્તિજ નથી એમ સિદ્ધ થાય નહીં પરંતુ ઘણા ઘણા લાગ હોય પુરતી સગવડ હોય, પાપ ઉલ્લું સામું ધસી આવી

તેને કરવા માટે પ્રમાદ-બુરસાને ઉશ્કેરતું હોય-  
લલચાવતું હોય-આકર્ષતું હોય-મોહ પમાડતું હોય-  
કાયદાને અગમગાવતું હોય છતાં પણ તેના સામી  
દષ્ટિ ન કરે કે મનમાં કિંચિત માત્ર પણ વિચા-  
ર કે મરણ-વૃત્તિ ન કરે, તેથી લલચાય નહીં-  
મોહ પામે નહીં અને અગમગતા કાયદાને ઉપરથી  
એવો પણ અંદર ખાતે પોષણ-વ્યર્થ સમજે તેજ  
પવિત્ર-પાપ ન કરનારો ગણાય; બાકી તો પછી  
અશક્તિમાનની સાધુતા, વૃદ્ધાનાં પતિવૃત્ત, શંકનાં પ્રહ્ન-  
અર્થ જેવું ગણાય.

ઘણાં માણસોને ગુસ્સો અને અધિરાઈ સ્વાભાવિક  
અને સહિલ હોય છે એટલે કે સહસા-જેત જેતામાં  
થઈ આવે છે તેનું કારણ એ કે તેઓ હમેશાં ક્રોધી  
અને અધિરા વિચારો અને કર્મો કરતા રહેતા હોય  
છે અને તેમ થતાં તે બાબતની ટેવ તેમનામાં વધુ વધુ  
ફેલે જતી તેનાં મુળ વધુ વધુ ઉંડાં નાખતી ગઈ હોય  
છે. આવીજ રીતે શાંતિ અને ધૈર્યવાળા વિચારો અને  
કર્મોની ટેવ પાડવાથી અને ક્રોધ તથા અધૈર્યને નજીક  
ન આવવા દેવાથી શાંતિ અને ધૈર્ય સ્વાભાવિક, સ્થાયી  
અને સહેલાં થઈ પડે છે. સારા વિચાર અને કર્મ કર-  
વાના અભ્યાસની પરંપરાથી સારી ટેવ પાડી તમામ  
દુષ્ટ વિચારો અને દુષ્કર્મો-પાપોને દેશવટો આપી  
શકાય છે-સહાયને માટે ત્યાગી શકાય છે. જ્ઞાન, શુભ

વિચાર અને સુકર્મો સારી ટેવ પાડવાથી આપણામાં સ્થાયી અને અવિનાશી થઇ રહે છે. સ્થાયી ટેવ એજ યોગ છે. સુકર્મોની સ્થાયી ટેવ પાડી સદા તે ક્યો જવાં એજ કર્મયોગ સાધ્યો કહેવાય. તપ પણ સ્થાયી ટેવથીજ થાય છે. તપ ઈંદ્રિયોનો હોય છે. સત્ય બોલવાની સ્થાયી ટેવ તે વાણીનો તપ. શુભ વિચાર લાવવાની સ્થાયી ટેવ તે મનનો તપ. સુકર્મો કરવાની સ્થાયી ટેવ તે હાથનો તપ. જે જે ઈંદ્રિયને શુભ કાર્યમાં પ્રવૃત્ત રાખીએ તે તે ઈંદ્રિયનો તપ ક્યો ગણાય. સર્વ બાબતોનો સિદ્ધાંત સત્ય પ્રતિ હોય છે. દરેક આધ્યાત્મિક કર્મ તે બાબતની સ્થાયી ટેવથીજ સાધી શકાય છે. સુકર્મોની સ્થાયી ટેવજ સ્વર્ગદાતા છે. એથીજ બ્રહ્મજ્ઞાન-મુક્તિ મળે છે.

### કર્મ અને જ્ઞાન.

જે માણસ કર્મો કરી તેમનાં પરિણામોના અનુભવ થકી એમ સિદ્ધ કરે છે કે પોતાનું સમગ્ર જીવન પોતાનાં મનમાંથીજ ઉદ્ભવ પામે છે, મન ટેવોનો એક સમુદાય છે, મનની ટેવોને પોતે ઈર્ષ્ય યુક્ત આયાસથી બારે તેટલા અંશે ફેરવી અને સુધારી શકે છે અને એમ કરી તેમના (ટેવોના) ઉપર સંપૂર્ણ અધિકાર અને નિયંત્રણ પ્રાપ્ત કરી શકે છે તો તે માણસને પોતાની સંપૂર્ણ મુક્તિનાં દારની કુંચી એકદમ પ્રાપ્ત થાય છે.

જીંદગીનાં પાપો-દુખોથી ( જે પાપો તથા દુઃખો ખરી રીતે માત્ર મનનાં માનેલાંજ હોય છે.) મુક્ત થવું-બચવું એ અંદરની ક્રિયા અને તેની અસખલિત વૃદ્ધિથી થાય છે. એ મુક્તિ કાંઈ તુરત બહારથી મળી જતી નથી. એને મેળવવા સાડૂ તો હરરોજ હરઘડી નિષ્કલંક-સારા વિચાર લાવવા માટે મનને કેળવી ટેવ પાડવી જોઈએ અને જે વખતે મન દુષ્કર્મ અને પ્રમાદ-જીસામાં આવી પડતુ હોય ત્યારે તેનાં તે વખતનાં વલણને બદલાવી તેને સુપથે લઈ જવાની-તમાથી બહાર નીકળી મોકળું થવાની ટેવ પાડવી જોઈએ. મનને પ્રમાદના અસિથી બચાવવું જોઈએ.

એક બાવલું તૈયાર કરવા સાડૂ શિલ્પકારને ખરબચડા પથરને તેનાં આંજરો વડે ધીરજ પૂર્વક ઘડવો પડે છે; એવા ખરબચડા પથરને તેના ધૈર્યયુક્ત ઉદ્યોગથી તેણે કરવા ધારેલી એક ઉમદા-સાફ મૂર્તિના રૂપમાં લાવી મૂકે છે. પ્રથમ ખડબચડું હોય તેને ધીરજ પૂર્વક ઉદ્યોગથી ધીમે ધીમે ઘડતાં-સાફ કરતાં જતાં તે ધાર્યા મુજબનાં રૂપમાં આવી શકે છે તેવી રીતે સદ્ જીવનના અભિલાષીએ પોતાનાં ખડબચડાં મનને ધૈર્યયુક્ત આયાસથી સત્વિચાર રૂપી આંજરો વડે ઘડી પોતાની ઇચ્છિત સ્થિતિ-ગતિયે પહોંચાડવું જોઈએ. મન સાફ થતાં ઠમો સારાં થાય છે અને સારાં કર્મો ચાલુ રહેવાથી સદ્જીવન પ્રસવે છે



સદજીવન મેળવવાનું પરમ કાર્ય કરવામાં ખેડેલાં નાનાં નાનાં અને સહેલાં સહેલાં પગથીઆં ચડવાનું શરૂ કરી તે સિદ્ધ કર્યા બાદ સ્વાભાવિક રીતે ધીમે ધીમે આગળ વધી મોટાં મોટાં અને કઠિન કઠિન પગથીઆં સિદ્ધ કરતા જવાની આવશ્યકતા રહેલી છે કારણ કે કોઈ કાર્ય સહસા પૂર્ણ થઈ જતું નથી. એક ઘાએ કુવો ખોદાતો નથી કે એક કોળીએ જમી રહેવાતું નથી તેમ દરેક બાબતમાં ઉત્તરોત્તર (કામ કરવામાં) આગળ વધતા જવાથી પૂર્ણતા પ્રાપ્ત થાય છે. શરૂ-આત-વૃદ્ધિ-વિસ્તાર-અંત (પૂર્ણતા) નો એટલો કે શરૂ કર્યા બાદ ધીમે ધીમે ધૈર્યપુરઃસર આગળ વધી છેક પૂર્ણ કરવાનો નિયમ દરેક કાર્યમાં પ્રચલિત અને આવશ્યક છે. જીવનનું દરેક કાર્ય આ વિધિથી કરવાથી છેવટે તેનું જ્ઞાન ઉપલબ્ધ થાય છે. જ્ઞાનથી કર્મ થાય છે. કર્મથી પાછું વિજ્ઞાન થાય છે. કર્મ કર્યા વગર જ્ઞાન થતું નથી અને જ્ઞાન વગર સત્કર્મ ઠરાતું નથી. કોઈ એક કર્મ કરવાથી તેનાં પરિણામે અનુભવ થાય છે અને અનુભવથી જ્ઞાન આવે છે. જ્ઞાન થતાં તે કર્મ સારા પરિણામવાળું હોય તોજ ફરી કરવામાં આવે છે, અન્યથા છોડી દેવામાં આવે છે. આથી જ્ઞાન અને કર્મ પરસ્પર અગત્યનાં છે તેમાં કર્મ મુખ્ય છે અને તેથીજ ગીતામાં કર્મયોગને વિશિષ્ટ કહી તેને સાધવાનો આગ્રહ કરેલો છે અને સન્યાસથી સિદ્ધિ નહીં મળવાનું કહેલું છે. જીવનનાં

દરેક કર્મ અને માનુષી સિદ્ધિમાં આ નિયમ પ્રબળતા સાથે પ્રવર્તે છે અને જે કર્મમાં એ નિયમ પ્રતિ દુર્લભ કરવામાં આવે છે તે કર્મનું પરિણામ શૂન્ય કે ખરાબ આવે છે. સામાન્ય વિદ્યા હુન્નરકળા શિખવામાં, વ્યાપાર કે રોજગાર ધંધો ચલાવવામાં અને દુનિયાને લગતાં દરેક કાર્યમાં આ નિયમ પાળવામાં આવે છે અને સહુ તેનો ખારીક રીતે અમલ કરે છે પરંતુ દિલગીરીની વાત એ છે કે આત્મ વિદ્યા-સત્ય શીખવામાં, જીવનને સદાચાર પૂર્વક ચલાવવામાં કે એવી ઉચ્ચ અને શ્રેયસ્કર ખાળનોમાં એ નિયમ દાખલ કરવામાં આવતો નથી અને લગભગ સહુ તેનું ઉલ્લંઘન કરે છે. જેટલો પ્રયાસ અને બુદ્ધિનો ઉપયોગ દુનીયાના વિષયો માટે કરવામાં આવે છે તેટલો આધ્યાત્મિક ખાળનો માટે કરવામાં આવતો નથી જેટલું ધ્યાન-ચીવટ-દરકાર દુનીયાના વિષયો (દંદો) માટે રાખવામાં આવે છે તેટલું આધ્યાત્મિક ખાળનો-વિષયો માટે રાખવામાં આવતું નથી. આધ્યાત્મિક સુખ કરતાં માણસો શારીરિક-દુનીયાનું સુખ વધારે પસંદ કરે છે. આ પસંદગી અજ્ઞાનને અંગે હોય છે. આવી ખોટી પસંદગીના પરિણામેજ નીતિ, સત્ય અને ઉચ્ચ પવિત્ર જીવનને દુનિયામાર્થી દેશવટો મળ્યો છે અને કોઈ તેમનો સત્કાર કરતું નથી; એથીજ તેમનો અભ્યાસ કરવામાં આવતો નથી કે તેમને પ્રાપ્ત કરવા પ્રતિ પ્રવૃત્તિ રાખવામાં આવતી નથી કે તેમને ઓળખવામાં

આવતાં નથી. શારીરિક સુખથી મોહી જઈ કોઈ આત્મિક સુખની પરવા રાખતું નથી. ખરું સુખ તો આત્માનું છે; શરીરનું નથી; આત્માનું સુખજ સ્વર્ગ છે. શરીરનું સુખ નર્ક છે.

માત્ર ધર્મ પુસ્તકો ( હાલ વંચાય છે તેમ તેમને વર્તનમાં મૂકાયા વગર ) વાંચવાથી અને વેદાંત કે વિજ્ઞાન શાસ્ત્રની કલ્પનાઓ (અનુભવ ઠયો વગર માત્ર કલ્પનાઓ વડે માની લીધેલી વાતો) સ્વીકારવાથી કે સમજવાથી કે હાલ જે રીતે જપ-તપ-પૂજા-પાઠ-દાન-પુન્ય-દેવદર્શન આદિ નિત્ય કર્મો કરવામાં આવે છે તે રીતે કરવાથી જીવન ઉચ્ચ થાય છે, સ્વર્ગ મળે છે અને તેમ કરવાથીજ અધ્યાત્મિક સિદ્ધાંતો-નિયમો સમજાય છે કે બ્રહ્મનિર્વાણ પ્રાપ્ત થાય છે એમ ધારવું-માનવું ભુલ ભરેલું છે એમ કરવાથી ઉચ્ચ જીવન-સ્વર્ગ મળતું નથી કે આધ્યાત્મિક નિયમો સમજતા નથી કે નિર્વાણ પણ પ્રાપ્ત થતું નથી. સદા સર્વથા ઉચ્ચ અને વિમળ વિચાર, વાણી અને કર્મવાળું જીવન બનાવવું એજ ઉચ્ચ જીવન-સ્વર્ગ છે અને આધ્યાત્મિક નિયમો કે જે મનુષ્ય તેમજ સૃષ્ટિ બેઉમાં અંતરસ્થ રહેલા છે ( એટલેકે મનુષ્ય અને સૃષ્ટિ બેઉનું સુખ એ નિયમો છે) તેમનું જ્ઞાન તો હીર્ધકાળ પર્યંત સદાચારનો અભ્યાસ ચાલુ રાખવાથીજ થાય છે.

મોટું-વધારે જાણી શકાય તે પૂર્વે નાનું-થોડું આટોપાટ-પુરેપુરું સમજી શકવું જોઈએ કારણકે ધીમા અને

૬૬ અભ્યાસથીજ ખરૂં જ્ઞાન આવે છે. કર્મ કરી પરિણામનો અનુભવ કર્યો વગર તેનું ખરૂં જ્ઞાન થતું નથી. અનુભવ વગર જ્ઞાન સંભવતુંજ નથી. કર્મ વગર અનુભવ સંભવતો નથી બાળક શાળામાં બેસતાંની સાથે કાંઈ શાસ્ત્રી બની જતું નથી પરંતુ પ્રથમ તે એકઠા છુટે છે, મુળાઅક્ષર શીખે છે, બારાખડી શીખે છે, વ્યાકરણ શીખે છે, સહેલું વાંચતાં શીખે છે અને સમજતાં શીખે છે અને એમ આગળ આગળ અભ્યાસ કરવાથી કેટલાંક વર્ષો પછી શાસ્ત્રી બને છે. અભ્યાસ દરમિયાન પોતાથી થતી ભુલોને ધીરજથી દૂર કરી પાઠો પાઠ કરવા પડે છે અને એક પાઠ પાઠે થયા બાદ બીજા લેવાય છે. પ્રથમ સહેલો અને નાનો આવડી ગયા પછી તેના કરતાં મોટો અને કઠિન પાઠ શીખાય છે અને તેવી રીતે ઉત્તરોત્તર મોટા મોટા અને કઠિન કઠિન પાઠો બધા આવડી જવાથી પૂર્ણ જ્ઞાન થાય છે. દરેક હુન્નરકળા-વિદ્યા-જ્ઞાન આવી રીતે પમાય છે. દુનિયાની માધારણ બાબતો-કાર્યોનું જ્ઞાન પણ પ્રથમ તેમને કરવાનો અભ્યાસ કરવાથી પ્રાપ્ત થાય છે અને આધ્યાત્મિક કાર્યો-બાબતોમાં તથા ઉચ્ચ જીવનમાં પણ આ નિયમજ રહેલો હોય છે તેથી તે સખ્ત રીતે પળાવો જોઈએ. સદાચારનું જ્ઞાન તેને કરવાનો અભ્યાસ રાખવાથીજ થાય છે અને સત્યનું જ્ઞાન સદાચારમાં ચુસ્ત-પરાયણ રહી તેમાં પૂર્ણ બનવાથીજ થાય છે. જેટલી સદાચારના

અભ્યાસ અને ટેવમાં પરિપૂર્ણતા તેટલીજ સત્યનાં જ્ઞાનની પરિપૂર્ણતા થાય છે. જ્ઞાન અને આચાર-કર્મ વચ્ચે આવેા નિકટ સંબંધ રહેલો છે. એક બીજાં વગર એક બીજાંનું અસ્તિત્વ હોતું નથી. જ્ઞાનાભિલાષીએ કર્મ અવશ્ય કરવાંજ જોઈએ. ગીતામાં આથીજ કર્મ કરવા માટે ભાર દઈ-આગ્રહ પૂર્વક કહેવામાં આંચું છે. દરેક કર્મ કાયિક કાયદાની ધૃષ્ટાથી નહીં પરંતુ જ્ઞાનની ધૃષ્ટાથી કરવું જોઈએ. જ્ઞાન અર્થે કર્મ કરવું ફરજિયાત છે. મોક્ષ માટે જ્ઞાન ફરજિયાત છે. મોક્ષ પણ મનુષ્યને માટે ફરજિયાત છે(તમામ મનુષ્યે મોક્ષ મેળવવોજ જોઈએ ) કારણ કે અન્યથા જીવતર વ્યર્થ છે

સત્યનાં જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ આપોઆપ થઈ જતી નથી તે હરરોજ અને હરદમ સદાચારના સહેલાથી માંડી કઠિન પાઠો પર્યંત શીખી તેમને સિદ્ધ-સ્વભાવિક-ટેવાએલા કરવાથીજ થાય છે. બાળક જેમ શાળામાં તેનાં પાઠ ધીરજ પુર.સર અને શિક્ષકની આજ્ઞાને અનુવર્તી-આજ્ઞાંકિત બની શીખે છે અને શિક્ષણ લેતાં દરમિયાન આવતી-નડતી બધી જુલો અને કઠિનતાઓ ઓળંગી જઈ શકાય ત્યાં સુધી હરમેશાં ફરી ફરી કરવાનો અભ્યાસ રાખે છે તેમ સત્યના શીખનારે પણ તેને નડતી જુલો-ના-ઉમેદીઓ અને મુશ્કેલીઓથી થાકી પાછા હઠ્યા વગર

તેમનું હિમ્મત અને ઉત્સાહથી નિવારણ કરી  
 પોતાનાં મન-કર્મ અને વાણીને શુદ્ધ-પવિત્ર બનાવવાં  
 જોઈએ. આવી રીતે જેમ જેમ સદાચારની ટેવ દૃઢ  
 બનતી જાય છે તેમ તેમ સત્યનાં જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થતી  
 જાય છે અને એ જ્ઞાન આવતાં ભય, દુઃખ અને  
 એવી અનિષ્ટ-અપ્રિય અનીચ્છનીય વસ્તુઓ વિકીર્ણ થઈ  
 જાય છે અને જ્ઞાની મુક્તિને-નિવારણને પામી જાય છે.

જ્ઞાન મેળવવાના આવા અભ્યાસથીજ ગીતામાં  
 કહેલ જ્ઞાનયોગ-બુદ્ધિયોગ સાધી શકાય છે. આવો  
 અભ્યાસ જરૂરી રાખવો એજ યોગ સાધવા બરાબર છે.

**ઉચ્ચ જીવનના પહેલાં પગથીયાં અથવા  
 સ્વર્ગ-મુક્તિનાં પ્રારંભિક સાધન.**

ઉચ્ચ જીવન-સદાચારથીજ ( કર્મયોગથીજ ) જ્ઞાન  
 ( જ્ઞાન યોગ ) પ્રાપ્ત થાય છે અને સર્વવ્યાપક—  
 સર્વ વસ્તુઓમાં અંતરસ્થ પ્રકાશી રહેલું સત્ય-  
 જ્ઞાન સમજ્યા પૂર્વે ધીમે ધીમે આગળ આગળ  
 વધી અભ્યાસ જરૂરી રાખવાથી—સ્થાયી ટેવ પાડી  
 દેવાથી જીવન ( આત્મ ) પરિપૂર્ણતા-સદાચાર  
 એટલે કે ધર્મમાં નિષ્ઠ ( યોગી ) થવાની જરૂર રહે  
 છે. આ યોગનિષ્ઠતા કેમ સધાય તે બતાવીએ.  
 એ સાધવામાં પ્રથમ મનને કેળવી સુપથગામી કરી  
 હૃદયને શુદ્ધ—પવિત્ર બનાવવું જોઈએ કારણ કે જીવન

તેમાંથી ઉદ્ભૂત થાય છે. મન—હૃદય સુપથગામી અને  
 યવિત્ર બન્યા પછી સદાચારના પાઠો એક પછી એક  
 શીખી તેમનામાં નિષ્ઠ અને પારંગત બની જ્ઞાનરૂપી  
 બળ પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ. એ જ્ઞાન આવતાં અજ્ઞાન,  
 જીંદગીનાં પાપો, દુષ્કર્મો, દુર્ગુણો અને અનિષ્ટોનો  
 વિધ્વંસ કરી શકાય છે. એ વિધ્વંસ થયો એટલે  
 સ્વર્ગ—મુક્તિ—મોક્ષની પ્રાપ્તિ થઈ એમ સમજવું.  
 એમનો નાશ એજ મોક્ષ છે; મોક્ષ કોઈ છતર વસ્તુ  
 નથી. સ્વર્ગ એટલે સુખ—શાંતિમય જીવન. સ્વર્ગની  
 પ્રાપ્તિ તે મોક્ષ. એટલે આ વિશ્વમાં સુખમય અને  
 નિશ્ચિંત જીવન ગાળવું એજ સ્વર્ગ અને મોક્ષ. મુક્તિનાં  
 એટલે આવું જીવન ગાળવાનાં (ધર્મ પાળવાનાં)  
 સાધન ક્રીયા ક્રીયાં છે? તે કેમ શીખાય? તે કેવી  
 રીતે મેળવી શકાય? તેમને સિદ્ધ કેમ કરાય અને  
 જ્ઞાન મેળવાય?

ખોટી મનોવૃત્તિયો અર્થાત મનને થતી બવળી  
 લાગણીઓ—વલણો—ભાવો જે આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં  
 સદા વિધ્નરૂપ રહે છે અને સામાન્ય સદાચાર (ગૃહ  
 તેમજ બહાર રાખવાનો) સાધવામાં પણ આડે આવે  
 છે તે બધી ખોટી મનોવૃત્તિયોને જીતી વશ કરી  
 તેમનો નાશ કરવો એમાંજ મુક્તિના સાધન રહેલા  
 છે. તે સાધનો—તેના પ્રારંભિક પાઠો—સાધનો નીચે  
 પ્રમાણે છે:—

જીતીને નાશ કરવાના દુર્ગુણો—  
કાચિક દુર્ગુણો.

- |  |   |  |
|--|---|--|
| ૧ આળસ-સુસ્થી.                                      | } | પાઠ ૧ લો.  |
| ૨ મરજી મુજબ લોગ-છન્છા-<br>ધંદ્રિયોને વશ રહેવું તે. |   | આ દુર્ગુણો શરીરને<br>કેળવવાથી-સુવ્ય-<br>વસ્થિત કરવાથી<br>જીતી શકાય છે. |

વાચિક દુર્ગુણો

- |  |   |                 |
|--|---|-----------------|
| ૧ બદ્ધો-બદ્ધનક્ષી કે કોઈને નુક<br>શાન થાય તેવી વાણી. | } | પાઠ ૨ જો.       |
| ૨ ગપ્પો ચલાવવી-નકામી વા-<br>તો કરવી તે.              |   | આ દુર્ગુણો જીભ- |
| ૩ અપમાન ભરી-માયા શૂન્ય-<br>ક્રોધ ભરી વાણી            |   | વાણીને કેળવવાથી |
| ૪ નાદાની-છિછદલાઈ કે અપૂ-<br>જ્યભાવવાળી વાણી.         |   | જીતી શકાય છે.   |
| ૫ હુજત અને દગા ભરી કે<br>છિદ્ર-દોષ કાઢવાની વાણી.     |   |                 |

પ્રાપ્ત કરી, ગ્રહી અને આચરવાની સ્થાચી ટેવો  
પાડવાના સદ્ગુણો—

- |   |   |   |
|---|---|---|
| ૧ સ્વાર્થ ત્યાગ-સ્વાર્થ હીન કર્ત-<br>વ્યપરાયણતા.  | } | પાઠ ૩ જો.   |
| ૨ અચળ નિખાલસપણું-સર-<br>ળતા-પ્રમાણિકતા-સત્યતા     |   | મનોવૃત્તિયોને કેળ-<br>વવાથી આ સદ્ગુ-<br>ણોની પ્રાપ્તિ થાય |
| ૩ નિ-સિમક્ષમા-દયા-અક્રોધ-<br>ધૃતિ-શાંતિ-સહનશીલતા. |   | છે.   |



ઉપરના બે કાયિક અને પાંચ વાચિક દુર્ગુણોને કાયિક અને વાચિક કહેવાનું કારણ એ છે કે તે ખાસ ત્યાંજ રહેલા હોય છે. એમનું એવું એકસ વર્ગીકરણ કરવાથી તે ક્યાં છે તે સ્પષ્ટ રીતે જોઈ શકાય તેમ છે. તેમને એ બે સ્થળે રહેલા જોવામાં આવે છે ખરા પરંતુ ખરી રીતે મુળ-પ્રથમ તો તે મનમાંજ ઉદ્ભૂત થાય છે અને તે શરીર (એટલે કર્મ-ક્રિયા) અને વાચા (વાણી) માં ઉતરી આવી કામ કરતી હૃદયની ખોટી વૃત્તિઓ-સ્થિતિઓજ હોય છે.

જેનામાં આવા દુર્ગુણ હોય તેનું મન અજ્ઞાની અને વિપથગામી છે તથા તેને જીવનના ખરા અર્થ-હેતુની ખગર નથી એમ તે જતાવી આપે છે દુર્ગુણો મનનાં અજ્ઞાનનાં પ્રતિચિત્રો હોય છે. જેને જીવન સબંધી ખરૂં જ્ઞાન હોય તે કદીપણ એવા દુર્ગુણોને પોતાનામાં પ્રવેશવા દેતો નથી. તે દુર્ગુણોનો નાશ કરવા માંડવાથી સદાચારી, દૃઢ-સંગીન અને જ્ઞાની જીવનની શરૂઆત થાય છે.

તે દુર્ગુણોને જીતી તેમનો નાશ કેવી રીતે કરી શકાય? પ્રથમ તો અસત્ વાણી અને અસત્ કર્મોને જન્મ લેતા કે તે પહેલાં એકદમ ચાંપી દબાવે અને નિઝાદમાં તથા ગતિ વગરનાં રાખવાથી એ જીતીને નાશ કરી શકાય છે. આમ કરવાથી મન

સાવચેત બની તે ગયું હોય ત્યાંથી પાછું વળવા માંડે છે અને તેને એમ કરવાની સ્થાયી ટેવ પડી જવાથી આખરે તેને પોતાનાં અજ્ઞાનમય અને અવળા વલણ-સાવનું ભાન થાય છે અને એ ભાન થતાં તે તેમનો સમુજો પરિત્યાગ કરી દે છે

આપણને ગ્રીષ્મ ઋતુની સહવારમાં ગુલાબી-મીઠી નિદ્રા આવે છે અને નિદ્રા ન હોવા છતાં અમસ્તા પથારીમાં પડી રહેવામાં કંઈક ચોરજ મિષ્ટતા લાગે છે. તે વખતે જાગૃતિ હોવા છતાં આપણને તે પથારી છોડવાનું મન-મરજી-વૃત્તિ થતી નથી અને એમને એમ જોડાં ખાતા કે વિચાર પતંગો ઉરાડતા પડી રહીએ છીએ. આખરે ન છુટકે બહુજ મોડું થવાથી ઉઠીએ છીએ. આથી તંદુરસ્તીમાં નુકસાન થવા ઉપરાંત આખો દહાડો આળસ ભર્યો રહે છે અને શારીરિક ચંચળતા-સ્ફુર્તિ રહેતી નથી તેથી તે દુર્ગુણ છે. શારીરિક અચંચળતાને પરિણામે મગજ-મન પણ મંદ રહે છે. તેવી રીતે પડી રહેવું ભલે તે વખતે ક્ષણિકતઃ મિષ્ટ લાગે પરંતુ પરિણામે તો તે આપણી તંદુરસ્તીરૂપી ખોરાક ઉપર જીવનારૂં હોય છે. જે ગુણથી નુકસાન-અભદ્ર થાય તે દુર્ગુણ. નુકસાન કે અભદ્ર પછી ભલે આપણું કે બીજાનું થાય. દુર્ગુણમાં આવી બહારની-મોહભરી ખોટી મિષ્ટતા રહેલી હોય છે પરંતુ

તેનામાં અંતરસ્થ તો વિષ રહેલું હોય છે. માટે તેવી આળસ ભરી ટેવ છોડવી જોઈએ. એ ટેવ છોડવાનો દૃઢ નિશ્ચય રાખી આંખ ઉઘડી જાય-નિદ્રા જાય કે તુરત એવી વ્યર્થ (અંતે હાનિકર્તા) મિષ્ટાની દરકાર ન રાખતાં કે તેથી ન લોભાતાં એકદમ પથારીનો ત્યાગ કરી ઉઠી નીકળવું. કેટલીકવાર આમ કરવાથી આળ ઉઘડે કે તુરત પથારીમાંથી ઉઠી નીકળવાની ટેવ પડી જાય છે અને અંતે એ ખોટી મિષ્ટતા વિષ સમાન સમજાય છે અને તેનો પરિ- ત્યાગ કરી દેવાય છે અને આવેલી એવી સમજણને આંગે તે ફરી આખવા લોભ થતો નથી. આવી રીતે દરેક દુર્ગુણનો પરિત્યાગ કરી શકાય છે. વહેલા સુધ વહેલા ઉઠવાની ટેવ શ્રેયસ્કર છે. તં ટેવ તંદુરસ્તી-અપાળતા અને બુદ્ધિદાયક છે. જસ એકદમ દૃઢ નિશ્ચય કરી હિમ્મતવાન બની દુર્ગુણને તેની ક્રિયા કરતાં સમુજો અટકાવીજ દેવો. પહેલાં લાંબા વખતની ટેવ હોવાથી તેમ કરતાં સહજ મુશ્કેલી નહીં પરંતુ તેટલું દમન- સહન કરવું જોઈએ. તેવી રીતે દુર્ગુણને આંપવાનું કામ થોડો વખત આકર્ષ-અગવડવાળું લાગશે પરંતુ તેનું હિમ્મત અને અચળ નિર્ણય પૂર્વક દમન કરવાથી તે દૂર થશે અને તેના બદલે સદ્ગુણ આવશે અને સદ્ગુણ આવી સ્થાયી બનતાં દુર્ગુણને અવરોધવાનું કાર્ય-દમન કઠિન લાગશે નહિં. તેમ થતાં દુર્ગુણનું અવરોધન કઠિન લાગવાને બદલે ઉલટું સુતર-સુકર અને સાફ લાગશે.

અને દુર્ગુણનું પુનરાગમન આકર્ષે લાગશે. આમ થતાં દુર્ગુણને ફરી પેસવાનો લાગ મળશે નહીં. સદ્ગુણનાં સામ્રાજ્યમાં દુર્ગુણ કાવી શકશે નહીં. દરેક ખરાબ શબ્દ અને કર્મને તે જન્મે તે પહેલાં એટલે વિચારની સ્થિતિએજ કે કદાચ જન્મે તો તુરતજ આગળ વધવા દીધા વગર ચાંપી દેવું અને તેમ ચગદવાનો અભ્યાસ જારી રાખવાથી મન તે બાબતમાં કેળવાઈ જાય છે અને તે અભ્યાસ અંતે સ્વાભાવિક-સ્થાયી થઈ જાય છે અને તે અભ્યાસ સ્થાયી થવા સાથે સારા શબ્દ (વાણી) અને સત્કર્મનો અભ્યાસ પણ સ્થાયી થઈ જાય છે દુર્ગુણનું જવું એજ સદ્ગુણનું આવવું છે. દુર્ગુણને કાઢવો એજ સદ્ગુણને બોલાવવો એ છે.

દુષ્ટ-સ્વર્ગીય જીવન અથવા મુક્તિની પ્રાપ્તિનો પહેલો પાઠ શારીરિક દુર્ગુણોનો નાશ કરવાનો છે. તે પાઠનું પહેલું પગથીયું મનને કેળવી આળસના દુર્ગુણનો નાશ કરવો એ છે. રાજર્ષિ ભર્તૃહરિ જેવો દુનિયાનો અનુભવી કહે છે કે-આલસ્યં हि मनुष्याणां शरीरस्थो महा रिपु. ( આળસ માણસનો શરીરમાં રહેનારો મહાન શત્રુ છે ) Idleness is the root of all evil ( બધા અનિષ્ટોનું મુળ આળસજ છે ) આળસજ બધા દુર્ગુણોનું મુળ છે. આ પગથીયું સૌથી પહેલું અને સહેલું છે. પ્રથમ તેને પૂર્ણતઃ સિદ્ધ કર્યા વગર-ચડી ગયા વગર આગળના પગથીયે

ચડી શકાતું નથી કારણકે દરેક બાબતનો મુખ્ય આધાર શરીર ( તે ક્રિયાવાન હોવાથી-ઓબ્જેક્ટ હોવાથી ) ઉપરજ રહેલો છે. આળસને વાળગી-વશ રહેવાથી તે સત્યના માર્ગે જતાં વચમાં ખાડી, ખાઈ કે દિવાલરૂપ થઈ પડે છે. શરીરને કુદરતી રીતે જોઈએ તે કરતાં વધુ આરામ અને નિદ્રા આપવી, દીર્ઘસુત્રીપણું-વિલંબ, ( મુલતવી રાખવું તે ) જે બાબતમાં તાત્કાલિક ધ્યાન દેવું જોઈએ તેમાં દેર કરવી કે હરામહાડકાના અથવા કામચોર થવું કે દુર્લક્ષ કરવું તેનું નામ આળસ. શરીરને તે ફરી સંપૂર્ણ રીતે તાબું-સ્વસ્થ થાય તેટલીજ નિદ્રા આપી પરાઈએ વહેલા ઉઠી નીકળવાની તથા દરેક કાર્ય અથવા ફરજ તે ગમે તેવી ક્ષુદ્ર કે નહાની હોય તથાપિ તેને મુલતવી નહી રાખતાં તે ઉપસ્થિત થાય કે તુરત બળવી વાળવાની ટેવ પાડીને આવી આળસવૃત્તિના દુર્ગુણને જીતી દૂર કરવો જોઈએ. આળસનું-મુલતવી રાખવાનું પરિણામ માહું આવે છે. આવીરીતે જાગ્યા પછી પથારીમાં ન પડી રહેતાં સહસા ઉઠી નીકળી સ્નાન શૌચાદિથી શરીરને સ્વસ્થ બનાવવું અને પછી રોજાંદા કાર્યમાં પ્રવૃત્ત થવું જોઈએ. આથી કાર્યમાં ઘણીજ સ્ફુર્તિ, ચપળતા અને ઉદ્યોગ શક્તિ રહ્યાં કરે છે. પથારીમાં સુતાં સુતાં કેાઈ પણ કારણસર કાંઈ ખાવું કે પીવું ન જોઈએ. માંદગીમાં પણ બનતાં સુધી એમ ન થાય તો સાફ. માંદગીમાં પણ છેક-દુઃખ ન-

થાય તેમ હોયતો. બેસીને ખાવું પીવું સાફ છે. તે વખતે અમસ્તું ન બેસી શકાય તો પીઠે તકીઓ રાખવો; જ્યારે કોઈ પણ રીતે નહીંજ ચાલે તેવું હોય ત્યારેજ સુતાં સુતાં ખાવું પીવું. જગ્યા પછી પથારીમા પડી રહી આરામ લેવો અને વિચાર સમુદ્રમાં વિહાર કરવો એ દેવ ચરિત્રની-શરીરની અપ-ળતા, સ્ફુર્તિ, શક્તિ અને દૃઢતા તથા મનની વિશુદ્ધિ-પવિત્રતાને તથા બુદ્ધિનાં આગમનને અતિશય હાનિ-કર્તા છે એવી દેવરૂપી દાવાનળ આગળ અપ્પળતા, સ્ફુર્તિ, બુદ્ધિની તીવ્રતા, નિશ્ચયની દૃઢતા, મનની વિશુદ્ધિ અને આત્માની એકાગ્રતા આવી શક્તી નથી. પથારીમા સુતાં સુતાં કરવામાં-ચલાવવામા આવતા વિચારો સંગીન, શુદ્ધ, સત્વવાળા, સત્ય કે સિદ્ધ હોઈ શક્તા નથી. એમ કરવાથી મગજની શક્તિ ઉલટી કમકૌવત-ક્ષીણ બને છે. મહાન પુરૂષોનાં મગજો સુતાં સુતાં વિચારો ચલાવી કેળવાએલાં હોતાં નથી; મ્હોટાં કામ આળસને વશ થવાથી થઈ શક્તાં નથી. પથારીમાં સુવું તે કેવળ નિદ્રા-શરીર તથા મગજની શાંતિ-સ્વ-સ્થતા માટે છે, નહીં કે વિચારોની ઘડભાંગ કરવા માટે. પથારી બહાર હોવું તે કેવળ પ્રવૃત્તિ માટે છે, નહીં કે નિદ્રા માટે. પથારી બહાર નિદ્રા અસ્થાને છે અને પથારીમા પ્રવૃત્તિ અસ્થાને છે

કાર્યટાણે કાર્ય કરવું, રમત રમવાને સમય;  
એકનાં ટાણે ન કરવું અન્ય રીત આ શ્રેષ્ઠ છે.  
એકનાં ટાણે કરો જો અન્ય સિદ્ધિ ના મળે;  
સહુ સહુના સમયે કરતાં પામશો સુખ ચેનને.

બધું પોત પોતાના ટાણાંસર થવું જોઈએ. સહુ સહુના ટાણે શોભે. પ્રવૃત્તિ સમયે નિદ્રા લાવવી તે અઠીક અને નિદ્રા સમયે પ્રવૃત્તિ રાખવી તે અઠીક રાત્રી નિદ્રા માટે છે માટે તે શાત છે. દિવસ પ્રવૃત્તિ માટે હોવાથી ચરચસ્તિ છે. ચોમાસુ વિત્યે વાવાણી કરે તે શું પાક પામે ? ચોમાસામાં આગતર પાકના સમયે પાછતર પાક વાવે તો શું પાક પામે ? એકના વખતે બીજું કરવું તે સર્વથા સર્વદા હાનિકારકજ હોય છે. તેવી રીતે નિદ્રા અને પ્રવૃત્તિનું પણ છે. નિદ્રા આવતી હોય, આંખ ઘેરાતી હોય છતાં કામ કરવા માગે તે કેવુંક કામ કરે ? કામ છતાં ઉંઘવા માંડે તે કેવોક કાવે ? સહુ સહુના વખતેજ થાય તો સાફ થાય. નિદ્રા ઉડે કે તુરત પથારીનો ત્યાગ કરવાથી સર્વ બાબતોમાં ચોક્કસાઈ આવે છે. તેમ કરવાથી આજસ શરીર છોડી નાસી જાય છે. દરેક નાની મોટી બાબતને તેનો સમય આવતાંજ કરવી અને વિલંબ નહીં કરવો તથા હિલહગડાઈ-અપોચ નહીં કરવી અને પથારીમાં નકાસું નહીં પડી રહેવું તથા પથારી બહાર નિદ્રા નહીં કરવી કે અમરથું નહીં બેસી રહેવું-બગાસાં (બેઠાં બેઠાં) નહીં ખાવાં એ આજસનો

નાશ છે. પહેલા પાડનું પહેલું પગથીઉ જે સૌથી અગત્યનું છે તે એમ ઓળંગી જઈ-ચડી જઈ શકાય છે.

પહેલા પાડનું ત્યાર પછીનું પગથીયું મરજી મુજબ ભોગ અથવા અકરાંતીઆંપણાંને દૂર કરવું એ છે. પશુની માફક માત્ર ખાખાજ કરવું અને ધરાવું નહીં તેમજ ખાવાનું ખડું કારણ કે હેતુ સમજ્યા વગર પરીરને જોઈએ તે કરતાં વધારે ખાવું અને મીઠા મીઠા તથા ઉમદા ભોજનનો શોખ રાખવો એ અકરાંતીઆંપણું છે. આવી અશિષ્ટ-ખોટી વાસના-ઈચ્છા માત્ર ખોરાકના વજન-પ્રમાણમા તથા પ્રકારમ તથા ખાવાના ટંકની સંખ્યામાં ઘટાડો કરવાથી તથા સાદો, તાજો, યથાયા પછી બહુ વાર ન થઈ હોય તેવો અને માફકસર-હલકો ખોરાક લેવાથી દૂર કરી શકાય છે. ખાવાનો-એટલાં સાદાં-હલકાં અને માફક-સર ભોજનનો વખત-ટંક નક્કી કરવો જોઈએ અને ટક પહેલાં કે પછી કે તે ટંક કરતાં વધુ ટકોઈપણ કારણસર પણ ખોરાક નહીં લેવો જોઈએ. ખાવાનાં વજન કે ટંકની અનિયમિતતા રાખવાથી જીવનને ઘણો ધકકો પહોંચે છે અને તંદુરસ્તી પણ સારી રહેતી નથી તેમજ તેથી આળસ અને અશક્તિનો શરીરમાં વાસ થવા પામે છે રાત્રે મોડું ખાવાથી મગજની મંદતા, ભારે ઘોર નિદ્રા અને આળસ થાય છે તેમજ અપાચન થાય છે.



ખોરાક એક દહાડામાં વધુમાં વધુ બે વાર લેવો જોઈએ. તેથી વધુવાર તેટલી હાનિ. લોજન લીધા બાદ શરીરને થોડીક મહેનત-કસરત આપવી જોઈએ. શરીરને મહેનત આપવાથી જઠરાગ્નિ તેજ થાય છે અને ખોરાક હોજરીમાં પડવાની સાથેજ પાચન થવા લાગે છે.\* લોજન પછી વ્યાજળી રીતે કસરત કરનારને અપચા સાથે ઓળખાણ થતી નથી. ખાઈને તુરતજ પથારી વશ થવાની ટેવ ઘણીજ અનિષ્ટકારી છે. તેથી જઠરાગ્નિ મંદ થાય છે અને ખોરાકનું પાચન થતું નથી જેટલું ખોરાકનું પાચન તેટલી શરીરમાં તાકાત-શક્તિ અને સ્ફુર્તિ આવે છે; અપાચન એટલી અશક્તિ અને આળસ આવે છે. હલકો-સાદો ખોરાક જલદી પાચન થઈ શરીરને હલકું પુલ જેવું બનાવે છે જ્યારે ભારે-ઉમદા ખોરાક પાચન નહીં થવાથી શરીરને ભારે શિલા જેવું-અશક્ત બનાવે છે. નિયમસર ખોરાક લેવાથી ક્ષુધાપણ નિયમસર થઈ જાય છે. લોજનની કામનાનો-વાસનાનો જેમ જેમ નિયંત્ર થતો જાય છે તેમ તેમ સદા હલકા ખોરાકની પસંદગી આવતી થાય છે. એ પસંદગી આવતાં ખોરાક જેમ જેમ સાદો, તાજો

\* જમ્યા બાદ તરતજ કસરત કરવી નહી, પણ મન પ્રસન્ન રહે તેમ જરા આરામ લેવો, કસરત માટે સવારનો વખત સૌથી ઉચિત છે.  
( પ્રગિય્દ કર્તવ્યા )

ચોચ પ્રમાણમાં નિયમસર લેવાતો જવાય છે તેમ તેમ મન શુદ્ધ અને શરિર સ્પુર્તિવાળું બનતું જાય છે અને બદ્ધજમીની ફરિયાદ કરવાપણું રહેતું નથી. મરજી મુજબ ભોગ-અકરાંતીઆપણાનું આ ઇન્દ્રિય વિષયક પાપ દૂર કરવાથી ઉદ્ધોગ શક્તિ, શારીરિક ચપળતા, બુદ્ધિ અને આરોગ્ય વધે છે અને તેથી જીવન સુનિયમિત બને છે.

હંમેશાં એટલું તો સારી પેઠે યાદ રાખવું કે હૃદય-મનની સ્થિતિનું રૂપાંતર એક અતિ આવશ્યક બાબત છે. કહે છે કે-“આહાર તેવો એટકાર.” હૃદય-મન-બુદ્ધિનો ખરો આધાર આહારના પ્રકાર અને પ્રમાણ ઉપર રહેલો છે. આહાર તેવો એટકાર એટલે વિચાર, વિચાર તેવો ઉચ્ચાર (વાણી), ઉચ્ચાર તેવો આચાર અને આચાર તેવો અંત. આથી આહારને નિયમિત બનાવવાની ખરેખરી આવશ્યકતા રહેલી છે. માત્ર શારીરિક આનંદ કે શોખ-સ્વાદની ખાતર ખાવું એ અકરાંતીઆપણું છે. એની સ્વાદની વાસના-વૃત્તિને દૂર કરી હૃદય તેમનાથી ચોખ્ખું કરવું જોઈએ. આવી રીતે દરેક પ્રકારની ઇન્દ્રિય-ઇન્દ્રિયના વિષયને દૂર કરવો જોઈએ. ખોટી ઇન્દ્રિયને વળગી ન રહેવું જોઈએ. હૃદયને ખોટી ઇન્દ્રિયોથી શુદ્ધ-મુક્ત બનાવવું જોઈએ. હૃદયરૂપી ભૂમિમાંથી ખોટી ઇન્દ્રિયો-કામનાઓ રૂપી ઝાડી-ખાડા ટેકરા વિગેરે કાઢી નાખી તેને ચોખ્ખી-સાફ અને

સપાટ બનાવવી જોઈએ અને ત્યાર પછીજ જીવનરૂપી ઇમારતનો પાયો જોદ્દી ઇમારત ચણવી જોઈએ—ત્યાર પછીજ જીવનરૂપી બગિચો તેમાં વાવવો જોઈએ.

શરીરને સારી રીતે દૃઢ નિયત્વ, સલામત અને ચલાણમાં રાખવામાં આવે, કરવાનું કામ ત્વરા સાથે— વિલંબ કે આળસ રાખ્યા વગર અને જોશભેર કરવામાં આવે, બેલા સુધ બેલા ઉઠવાને આનંદ માની તે પ્રમાણે હમેશા અભ્યાસ રાખવામાં આવે, ખોરાક સાદો અને નિયમિત કરવાનાં આવે, ખાતા પીતા ઉતાવળ ન રાખતાં ધીમેથી નિગંતે ખાવા કે પીવામાં આવે અને સ્વાદની પરવા-લોભ વૃત્તિ રાખ્યા વગર તેની સાદા-ઈમાજ (બધાં) સ્વાદ માનવામાં આવે અને એવી રીતે અકરાંતીઆપણને છોડી દેવામાં આવે તથા તમામ પ્રકારની અવગી ઇચ્છા ઇદ્રિયોના વિષયોને તજી દેવામાં આવે—આવી બધી બાબતોની સ્થાયી ટેવ પાડવામાં આવે તોજ ઉચ્ચ-સ્વર્ગીય જીવનનાં આ બે પહેલાં પગથીયા ચઢાયાં ગણાય, તોજ મુકિતનાં બે પ્રારંભિક સાધનો મેળવ્યાં ગણાય; તોજ સત્યનો પહેલો પાઠ સિદ્ધિપૂર્વક શીખાયો ગણાય આ પહેલો પાઠ આત્મીરીતે શીખી જવાથી હૃદયમાં ઉચ્ચ, પવિત્ર, સુનિયમિત અને સદાચારી જીવનનો પાયો સ્થાપિત થાય છે.

બીજો પાઠ વાચિક દુર્યુજોનો નાશ કરવાનો છે અને તેમાં પાંચ પગથીયાં છે. આ પાઠ વાણીને સારી બનાવવાથી શીખાય છે.

તેનું પહેલું પગથીઉં કોઈની બદબો-બદનક્ષી કે કોઈને નુકશાન થાય તેવી વાણી ન બોલવાનું છે. તેવી વાણીનો ત્યાગ કરી સર્વની સારી વાત અને ફાયદો થાય તેવી વાણી બોલવાથી આ પગથીઉં સાધી શકાય છે બીજાના સંબંધમાં ખરાબ-ખોટી વાતો કરવી, બીજાની ભૂલો પ્રકાશમાં લાવવી અને તેમની વધારીને મીઠું મરચુ લેખવીને વાત કરવી, રજતુ ગજ કરવું, બીજા ઉપર નાહક નાલાયક-ખોટા ખોટાં દોષારોપણ કરવાં—આ બધી બાબતો એટલે બદનક્ષી દરેક બદનક્ષી ભર્યાં કાર્યમાં તે કરનારનું અવિચારપણું, નિર્દયતા, મલિનતા, અસત્યતા, કપટ અને દ્વેષ-ધર્ષો રહેલા હોય છે. સદાચારી જીવનનો અભિલાષી બદનક્ષી ભર્યાં કર શબ્દોને પોતાના ઓષ્ઠમાથી સંરવા દેતો નથી અને તેવા શબ્દોને ઉત્તર કરનાર દુષ્ટ વિચારને પણ પોતાના હૃદયમાં ડિગવા દેતો નથી. બદનક્ષીના દુષ્ટ વિચાર તથા કુર શબ્દોને તે જન્મતાંજ કે જન્મ્યા પહેલાં ચાંપી દે છે. સદાચારી માણસ જે માણસને તેના મોઢા ઉપર કે રૂબરૂમાં કાંઈ કહી શકતો નથી તેવું તેની પુઠ પછવાડે-ગેરહાજરીમાં કદિ કહેતોજ નથી. તે રૂબરૂમાં કહે તેવુંજ ગેરહાજરીમાં કહે છે. રૂબરૂમાં કહે તે અસત્ય તો હોય શકેજ નહીં એટલે ગેરહાજરીમાં પણ સત્ય કહેવાને તો હરકત નથી. એટલે સદાચારી સર્વદા સત્યજ કહે છે કે જેથી તેને હાજરી ગેરહાજરીની દરકાર રાખવાપણું

રહે નહીં. આવીરીતે બીજાનાં ચરિત્ર તથા આખરૂં વિશે પવિત્ર વિચાર લાવી સદ્ગુણી માણસ પોતાના હૃદયમાં થતી બદનક્ષીનો, ખોટી-અવળી વૃત્તિનો નાશ કરે છે.

ત્યારપછીનું 'પગથીઉં' ગાખો ચલાવવાની અને નકા-  
મી-અસંગત વાતો કરવાની ટેવને જીતી નાશ કરવાનું  
છે. બીજાનાં ખાનગી કાર્યો સંબંધી વાત કરવી, માત્ર  
વખત ગાળવાની ખાતર નકામી (ઉપયોગી-ફાયદો ન કરે  
તેવી) વાતો કરવી, હેતુ વગરની કે અપ્રાસંગિક વાતમાં  
જુકી પડવું એ અસંગત વાત કહેવાય છે. વાણીની  
એવી અનિયમિત વૃત્તિ વિપથગામી-અનિયમિત મનનું  
પરિણામ છે. સદાચારી માણસ પોતાની જીભ (વાણી-  
વાચા) ઉપર લગામ-નિયંત્ર રાખે છે અને તેમ કરી  
પોતાનાં મનને સુનિયમિત બનાવતાં શીખે છે. તે  
પોતાની વાચાને વ્યર્થ કે મુખાંધ ભરી રીતે ચાલવા  
હતો નથી પરંતુ પોતાની વાણીને સંગીન, અસરકારક  
અને પવિત્ર બનાવે છે. તે જે બોલે છે તે હેતુસરજ  
બોલે છે, અન્યથા ચુપ રહે છે.

એ પગથીયું ચડ્યા પછી અપમાન-ક્રોધ ભરી  
અને માયા-દયા શૂન્ય વાણીને જીતી નાશ કરવાનું  
'પગથીયું' ચડવાનું છે. જે માણસ બીજા પ્રત્યે  
અપમાન કરે છે, ક્રોધ કરે છે અને આળ બોલાડે છે  
તે માણસ સદાચારના પ્રદેશથી ઘણો દૂર હોય છે.

બીજાના તરફ કઠોર રીતે બોલવું એ મૂર્ખાઈના મહાસાગરમાં ડૂંડે ડુબવા સરખું છે. જ્યારે બીજા પ્રત્યે આવી રીતે વર્તવાનું અને ત્યારે પોતાની જીભને અટકાવવી અને પોતાના ઉપરજ દૃષ્ટિ કરવી (પોતાના વિશેજ વિચાર કરવો) કે બીજા કોઈ આપણા પોતાના પ્રત્યે એમ વર્તે તો કેવું લાગે; જેવું આપણને લાગે તેવું તેને પણ લાગે. સદાચારી-ડાહ્યા પુરૂષ કઠોર, અપમાન ભરી-ક્રોધભરી, અને નિર્દય વાણીથી અને કજીઆ, કરવાથી સેંકડો યોજન દુર રહે છે અને માત્ર ઉપયોગી અગત્યની, પવિત્ર અને સત્ય વાણીજ બોલે છે.

તે પગથીએથી આગળ ચડી નાશ કરવાનો દુર્ગુણ નાદાની-છિછલ્લાઈ અને અપૂજ્યભાવ ભરી વાણીને દુર કરવાનો છે. કુદલક અને નિર્માલ્ય વાણી અસભ્ય ઉપહાસ, માત્ર ખાલી હસાહસ કરવા સિવાય બીજા કંઈ હેતુ નહોય એવી બિભત્સ અને ખરાબ વાતો, દોષયુક્ત-બદ્ધનિષ્ઠા ભર્યો કે સ્વાર્થી પરિચય (બોલવાનો) અને બીજાના વિશે કે બીજાની સામે તેમાં ખાસકરી પોતાના વડિલો, ગુરૂનો, મુરખીઓ, હિતચિંતકો અને ઉપરીઓ વિશે કે તેમની સામે તિરસ્કાર ભરી કે અસંગત--વિનયહીન વાણી--આ બધા વાણીના દુર્ગુણોને સદાચાર અને સત્યનો સ્નેહી-ભક્ત પોતાની પાસે કદિ પણ આવવા દેતો નથી અને આવે છે તો તેમનો તુરત બહિષ્કાર કરી દે છે.

અપૂજ્યભાવ ભરી વાતો કરવાથી માત્ર ક્ષણિક હસાહસના ખોટા આનંદનો ખાતર તે વળતે હાજર ન હોય તેવા મિત્રો અને સાથીઓ પ્રત્યે નાદાની-છિ-છલ્લાઈ વાપરવામાં આવે છે એટલે કે તેમના સંગ-ધમાં અપમાન ભર્યું જોલવામાં આવે છે અને તે ખોટા આનંદરૂપી વેદિમાં તે મિત્રો અને સાથીઓનું તથા સદાચાર-જીવન પવિત્રતાનું નાહક બળિદાન હોમવામાં આવે છે. બીજાને કે ચોગ્ય હોય તેને માન ન આપવું તે સદાચારનો ભંગ છે. વાણી અને વર્તનમાંથી જ્યારે સંભવતા, ગંભીરતા, ગૌરવ અને માનને પડતાં મૂકવામાં આવે છે ત્યારે સત્ય જોવાઈ-લુપ્ત થઈ જાય છે અને તેને આવવાનું ઠાર પણ અલોપ અને વિસ્મૃત બને છે. બાલ્યાવસ્થા નિર્દોષ છે છતાં તેમાંય પણ અપૂજ્ય ભાવ રાખવો એ ઘણું હલકું છે તો પછી જો તે બાલ્યાવસ્થાની અગળ અગળ ચાલી છેક મહોટ પણ આવે ત્યાં સુધી ચાલુ રહે તો તે તેની હલકાઈનું કહેવું જ શું ! ત્યાંસુધી પણ જો એ રહે તો તે ઘણું તિરસ્કાર્ય-નિઘ અને પાપયુક્ત છે. ઉપરિઓ પોતાનાં તાબાનાં માણસો પ્રત્યે, ગુરુઓ શિષ્યો પ્રત્યે, આચાર્યો અનુયાયીઓ પ્રત્યે, વડિલો નાનાં પ્રત્યે, મોટા પુરુષો સાધારણ માણસો પ્રત્યે, શ્રીમતો ગરીબ પ્રત્યે, રાજાઓ રાંક પ્રત્યે કે અરસ-પરસ અપૂજ્યભાવ કે અપમાન ભર્યો-ગર્વ ભર્યો દેખાવ કે વર્તન રાખે કે જોલે તો તે પણ ઘણુંજ

અધમ અને તેમની પદવીમાં હિણપત પહોંચાડનાર છે. પદવી નમ્રતાથી વધે છે, ગર્વથી વધતી નથી. ભર્તૃહરિ કહે છે કે-भवन्ति नम्रास्तरवः फलाद्रमैर्नवाम्बुभिर्मूरि विलम्बिनो घना. (ફળ આવવાથી વૃક્ષો નમે છે નવાં જળાળી મેઘ નમે છે) તથા एश्वर्यस्य विमूषणसुजनता (મોટાઈનું ભુષણ સુજનતા છે). મોટાઈ નમ્રતા-સમ્મતા-માયા રાખવાળી છે નહીં કે વિદિ બનવાથી કોઈ માણસ આપણા કરતાં નાનું કે હલકું (જેકે મહાન વિશ્વ રચનાની દૃષ્ટિમાત્રે સારું સરખાંજ છે, દુનિયાની દૃષ્ટિમાં એમ છે) હોય તો તેથી કરી તે કાંઈ આપણા અપૂજ્યભાવ કે અપમાન કે કોધને લાયકતા હોતુજ નથી. તેના પ્રત્યે આપણે આવું વર્તન રાખીએ તે આપણા પાતાનાજ પ્રત્યે અપૂજ્યભાવ કે અપમાન કરવા સરખાં છે. આપણે કોઈનું અપમાન કરીએ તો ખરી રીતે અપમાન તેનું થતુ નથી પરંતુ આપણા હાથે આપણુંજ થાય છે. વળી આપણે જેના પ્રત્યે એવી રીતે વર્તીએ તેના તરફથી આપણા પ્રત્યે પૂજ્યભાવ કે માનની આશા રાખવી તે વ્યર્થ અને ખોટું. મોટા પુરૂષો જો આવું વર્તન રાખે તો તે સાધારણ મનુષ્યો કરતાં વધારે પાપી બને છે. પોતે જ્ઞાની-સમજુ છતાં એમ વર્તવું એ મહાપાપ છે. સાધારણ મનુષ્યોનો બચાવતો તેમનું અજ્ઞાન છે પણ મોટાઓને બચાવ છેજ નહીં. ગીતામાં કહ્યું છે કે:-



यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः ।

स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते ॥

(મોટા માણસ જે કામ કરે છે તે કામ બીજા માણસો પણ કરે છે; તેઓ જે ધોરણ ઉભું કરે છે તે માર્ગે લોક અનુવર્તે છે).

આ નિયમાનુસાર મોટા લોકો જો એમ કરે તો તેઓ પોતે પાપી બનવા ઉપરાંત તેમને જોઈ નકલ કરનારા બીજાને પણ પાપી બનાવે છે. તેઓ 'તેમ વર્તે' તો આંધળાએ આંધળાને દોરવા જેવું અને ઘેઘીએ ડાહીને શીખામણુ દેવા જેવું ગણાય. તેથી પોતે તેમજ પોતાનું જોઈ અનુવર્તનારા લોકો ખેડે અવળા માર્ગે ચડી જાય છે.

સદાચારી માણસ સદા પૂજ્યભાવ-માન ભરી અને ગંભીર વાણી ઉચ્ચારે છે. તે જીવતાં, મૃત, હાજર અને ગેરહાજર બધાયને વિષે એક સરખી રીતે સ્નેહ અને પવિત્રતાપૂર્વક વિચાર લાવે છે તથા બોલે છે. તેનું વર્તન બધા પ્રત્યે સ્નેહ અને પવિત્રતા ભર્યું જ હોય છે. તે વિચાર શન્યતાનો બહિષ્કાર કરે છે તથા માત્ર ક્ષણિક આનંદને તૃપ્ત કરવાની ખાતર પોતાની પવિત્રતા અને ગૌરવને નાદાની અને છિછદલાઈના આગ્ર કુંડમાં હોમી દેતો નથી. તેનો વિનોદ-આનંદ પવિત્ર અને નિર્દોષ હોય છે. તેનું

બોલવું શાંત, આશ્વાસન ભર્યું અને મધુર હોય છે અને તેનો આત્મા ( હૃદય ) રનેહુ દયા અને મધુર-તાથી ભરપુર હોય છે. તેનું વર્તન સર્વદા સર્વથા પવિત્ર અને સત્ય હોય છે.

હવે બીજા પાઠનું છેલ્લું પગથીયું રહ્યું તે પગથી-યું છિદ્રાન્વેષણ-હુજતભરી વાણીનો નાશ કરવાથી ચડી શકાય છે. નાની અથવા ઉપર ઉપરની, પ્રત્યક્ષ નજીવી બુલોને ખોટી કરી બતાવતી કે તેમની પુનરૂક્તિ કર્યા કરવી તે, મૂર્ખાઈ ભરી વક્રોક્તિ કરવી અને વાળ સીરવા કે પાણી વલોવવા જેવું કરવું તે તથા કારણ વગરની-બીન પાયાદાર ધારણા-અનુમાન-માન્ય-તા અને અભિપ્રાય વાળી વ્યર્થ દલીલો કર્યા કરવી તે ખોટો વાચિક દુર્ગણ છે. જીવન અદ્ય અને સત્ય છે. પાપ, દુઃખ અને દિલગીરીનું નિવારણ, ખોટી નિંદા-છિદ્રાન્વેષણ કે ઇર્ષા, દ્વેષ, વૈર, કલહ કે હોંસાતોંસી-તકરાર કરવાથી થઈ જતું નથી. જે માણસ તેમને ખોટા પાડવા-તેમનું ખંડન કરવા કે તે વિશે વિવાદ ચલાવવા સાડું બીજાના શબ્દોને પકડવા તત્પર રહેતો હોય તે પવિત્રતાના ઉચ્ચ માર્ગ, આત્મ નિશ્ચલતાં સત્ય જીવનથી હબ્બુ ઘણો વેગળો હોય છે. જે માણસ ખોતાના શબ્દોને નમ્ર, મૃદુ, મધુર અને પવિત્ર બનાવવા સાડું તેમના ઉપર ધ્યાન રાખે છે તેનેજ ઉચ્ચ માર્ગ અને સત્ય-પવિત્ર જીવનનો સમાગમ થાય છે. એમ કરવાથીજ ક્રિયાશક્તિનું રક્ષણ થાય

છે, મનની સ્વસ્થતા ટકી રહે છે અને હૃદયમાં સત્યનું સ્થાપન રહે છે.

જીભને સારી રીતે નિયંત્રણમાં અને ડહાપણ પૂર્વક વશ-શાંત રાખવાથી, સ્વાર્થી અને નાલાયક વિચારોને જન્મ લઈ જીભ આગળ દોડી આવ્યાં વાણીનું રૂપ ન લેવા દેવાથી, વાણીને અહિંસક- નૂકસાન વગરની, શુદ્ધ, પવિત્ર, નમ્ર, મૃદુ, દયા ભરી અને હિંતુસર બનાવવાથી અને કોઈપણ શબ્દને નિખાલસપણા અને સત્ય વગર ન બોલવાથીજ સારી વાણીનાં પાંચ પગથીઓ નીચી જઈ શકાય છે ત્યારેજ સત્યનો બીજો મહાપાઠ શીખી અને સાધી શકાય છે.

કોઈ પ્રશ્ન કરે કે-“ પરંતુ શરીરને આવી રીતે કેળવવાનું અને વાણી ઉપર આવા નિયંત્રણ રાખવાનું શું પ્રયોજન? શું આવી સખત મહેનત, આવરત આયાસ અને સંભાળ વગર પણ ઉચ્ચ જીવન-સ્વર્ગ બાણી (સમજી) અને પામી શકાય નહીં?” તેના ઉત્તરમાં કહેવાનું એટલુંજ કે-ના કદિ નહિં-બિલકૂલ નહિં. કર્મની માફક જ્ઞાન પણ શ્રમ વગર પ્રાપ્ત કરી શકાતું નથી. ઐહિક (શારીરિક) ની માફક આધ્યાત્મિક પણ શ્રમવગર સાધી શકાતું નથી. નીચલે પગથીએ પ્રથમ ચડ્યા વગર ઉપલે જઈ શકાતું નથી. થોડું કે નાનું બાણી પામ્યાવગર ઘણું કે મોટું બાણી પામી શકાતું નથી. નીચે ઓસરીમાં ગયા વગર-દાહર ચડ્યા

વગર ઉંચે મેડીપર જઈ શકાતું નથી જે માણસને ઓળખ વાપરતાં કે ખીલો ઠોકતાં ન આવડતું હોય તેનાથી શું મેજ બનાવી શકાશે? તેવી રીતે પ્રથમ પોતાનાં શરીર પ્રત્યેની, કાયિક અને વાચિક દુર્ગુણો પ્રત્યેની પોતાની ગુલામગીરી-તાબેદારી-વશવર્તીપણું અને પરવશતા અને ઇદ્રિયવિષયાનુવર્તન દૂર કર્યા વગર માણસથી શું મનમાં સત્યના સંસ્કાર પાડી શકાય ખરા? મુળાક્ષર અને સાદા નાના શબ્દો પ્રથમ સમજી આવડ્યા પહેલાંજ લાપાતા ગૂઢાર્થ કે અટપટા ભેદ સમજાય ખરા? આવી રીતે સદાચારના મુળાક્ષર સમજીને ખરાબર આવડ્યા પહેલાં મનની ચંચળતા-ગૂઢતા-શક્તિ સમજી શકાય નહીં. અલગત એ સમજવામાં શ્રમ-મહેનત કરવી પડે છે કારણકે 'કોઈ પણ કાર્ય' (સારું કે નરસું) શ્રમ વગરતો બની શકતુંજ નથી. 'કોઈ પણ હુન્નર શીખવો હોય ત્યારે શું તેનાં કારખાનામાં કેટલાક વખત સુધી કામ શીખાઉ (શાગરીદ) તરીકે રહી હોંસ, આનંદ અને ધૈર્ય પુર.સર કામ નથી કરવું પડતું? મેટ્રીક, ટ્રેનિંગ્સેટ કે પ્રોફેસર થતાં કેટલો વખત અને શ્રમ થાય છે? કારીએ જઈ શાસ્ત્રી-પરિત્રાજકાચાર્ય કે એવું બીજું થતાં શું શું કરવું પડે છે? એ બધાયને પોતાની વિદ્યા પુરેપુરી શીખાય અને પોતેજ શિક્ષક-ગુરૂ બની રહે ત્યાં સુધી પોતાના ગુરૂનાં શિક્ષણનો સંભાળ-ઉદ્યોગ અને શ્રદ્ધા સાથે અક્ષરશઃ અભ્યાસ નથી કરવો પડતો? શ્રમ વગર કીયું કામ

બને છે? પોતાની પ્રવૃત્તિની પરિપૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવા સાડ પોતાની સઘળીય જીવન શક્તિને ખુશીથી કામે લગાડ્યા વગર કીયો માણસ પોતાની પ્રવૃત્તિમાં શ્રેષ્ઠતા મેળવી શકે છે? કોઈ પણ પ્રવૃત્તિ-ધર્મ-વિદ્યા-હુન્નર કળા-વ્યાપાર-રોજગાર કરનારો-શીખનારો જો તે પ્રવૃત્તિ પ્રત્યે પૂર્ણ શ્રદ્ધાવાન-વક્ષાદાર હોય તો તો તેની પરિપૂર્ણતા મેળવવા માટે પોતાના આખાં જીવનને-જીવન શક્તિને કામે લગાડવામાં નાખુશ હોતો નથી કે પછાત રહેતો નથી. બહોળા અને દીર્ઘ અનુભવ વગર પરિપૂર્ણતા આવે નહીં અને ઘણો અને દીર્ઘ અનુભવ ઘણો વખત શ્રમિત અને ધૈર્ય યુક્ત અભ્યાસ રાખ્યા વગર થાય નહીં તો પછી પરિપૂર્ણતા મેળવવાની ખાળેશ હોય તો તેની ખાતર શ્રમ-મહેનતનો વિચાર કોઈ રાખે ખરો? મહેનતનો વિચાર કરે તેનાથી કોઈ કાર્ય થાય ખરું? સત્ય શોધક મહેનતનો વિચાર કરવા બેસે તો તેનાથી એ શોધ થઈ શકે ખરી? ખાવામાં પણ મહેનત પડે છે તેમ દરેક કાર્ય તેને કરવાની મહેનત વગર સદા અકૃત-અસંભવિત રહે છે. જે માણસ મહેનત કર્યા વગર સત્યની પ્રાપ્તિ ઇચ્છે કે આયાસ વગર મુક્તિ-સ્વર્ગ ચાહે તો તે જગતની અટપટી અટપટ-ગુંચવણ-માયા અને હુઝોથી કદિ મુક્ત થઈ શકવાનો નહીં; તેનું મન કદિ શાંત, સ્વસ્થ અને સંગીન બનવાનું નહીં; કે તેનું જીવન કદિ સુનિર્ધારિત-સદાચારી થવાનું નહીં. તેવી

કચ્છા રાખનારો માણસ તો સદા આરામ અને આનંદ સુખ (શારીરિક) નો ભક્ત હોય છે, તે કંઈ સત્યનો ભક્ત હોતો નથી. સત્યનો અનન્ય ભક્ત-પૂર્ણ ભાવિક તેને પામવા માટે મહેનતનો વિચાર લાવતો કે રાખતો નથી પરંતુ તેવી મહેનતમાંજ ઉલટો આનંદ અને ધીરજ પૂર્વક ઝુકી પડે છે અને તેનો સ્થાયી અભ્યાસ રાખી આખરે સત્યનાં જ્ઞાનની પ્રાપ્તિરૂપી ઉમદા ક્ષણ પામે છે

ઉપરોક્ત બધા દુર્ગુણો ( જેમને દૂર કરવા શીખવું , એ સદાચાર શીખવા સમાન છે) માત્ર હૃદયના અવળાં ખોટાં વલણુ-સ્થિતિનાંજ પ્રતિબિંબો-પ્રતિક્ષેપોજ હોય છે એમ પૂર્ણ જ્ઞાન થતાં શરીર અને વાચાની આ પ્રારંભિક કેલવણી આવશ્યક છે એમ સ્પષ્ટ સમજવામાં આવે છે. મન આળસગ્રસ્ત હોય તોજ શરીર સુસ્થ બને છે; મન અનિયમિત હોય તોજ એ અનિયમિતતા વાણીદ્વારા પ્રકાશમાં આવે છે. બાહ્ય સ્થિતિ સુધારવા માટે આંતર સ્થિતિજ સુધારવી જોઈએ. આ દુર્ગુણો દૂર કરવા એ કંઈ બહુ મોટી વાત નથી. એમને દૂર કરવા માંડવા એ સદાચારની શરૂઆત છે. આ દુર્ગુણો ઉપરાંત બીજા ઘણા છે પરંતુ બધા દુર્ગુણોમાં આ સૌથી પહેલા દૂર કરવાના છે અને તેમને દૂર કરવા બહુ કઠિન પણ નથી. માત્ર અચળાવૃત્તિ-૯૬ નિશ્ચય જોઈએ. દુર્ગુણ અટકાવવો

એ સદ્ગુણનો અભ્યાસ છે દુર્ગુણનો અટકાવ સદ્-  
 ગુણના અભ્યાસ સાથે આવો નિકટ સંબંધ ધરાવે  
 છે. એક (દુર્ગુણ) ગયો કે બીજો (સદ્ગુણ) પાછળ  
 આવીને ઉભોજ છે. આળસ અને ઇંદ્રિય-વિષયાનુ  
 સંકિતરૂપી શારીરિક દુર્ગુણો દૂર કરવામાં-દૂર કરતી  
 વખતે તેમની સાથેસાથ તેની મેળે મિતાહારીપણ,  
 ખરાબ વસ્તુઓનો ત્યાગ, સ્વસ્થતા, સહનશીલતા  
 (હમન), શાંતિ (શમ), સંયમ, સુનિયમિતતા, સમય  
 સેવન (વખતસરપણું), આત્મનિશ્ચય અને સ્વાર્થત્યાગ  
 આદિના સદ્ગુણોની ખેતી અને ખીલવણી થતી  
 જાય છે. તેમ કરતાં મહાન કાર્યો કરવાની શક્તિ,  
 ઉદ્યોગ, ધૈર્ય, નિશ્ચય આદિ પણ પ્રાપ્ત થતાં જાય  
 છે. આવી રીતે ઉપર કહેલા વાચિક દુર્ગુણો દૂર  
 કરતી વખતે તેમનાં જવા સાથે સત્યવાદીપણું, નિષ્કા-  
 લસપણું, પૂજ્યભાવ-સ્નેહ-મમતા, દયા, અહિંસકપણું,  
 અક્રોધ, ક્ષમા, આર્જવતા-નમ્રતા-સરળતા, મૃદુતા,  
 મધુરતા, આશ્વાસકતા, આત્મનિશ્ચયઆદિ સદ્ગુણો આવી  
 ખીલતા જાય છે અને તેમ થતાં મન-હૃદયની દૃઢતા  
 અને હેતુસરપણું પ્રાપ્ત થતું જાય છે. તે પ્રાપ્તિ  
 વગર મનની ગૂઢતા-ચંચળતા નિયમિત થઈ શકતી  
 નથી; તેમજ સદ્દેશ્ય-જ્ઞાન અને સ્વર્ગનાં ઉંચાં પગ-  
 થીઆં ચડી જઈ શકતાં નથી. વળી જેમ જેમ  
 સદ્દેશ્યરણુ શીખાતું જવાય છે-તે દૃઢ થતું જાય છે

તેમ તેમ જ્ઞાન ઉંડું-વિશાળ થતું જાય છે અને વિવેક-પરિજ્ઞાન વૃદ્ધિંગત થતું જાય છે. બાળક જેમ પોતાનો પાઠ બરાબર આવડ્યાથી પ્રસન્ન-ખુશી ખુશી થઈ જાય છે તેમ સદાચારી માણસનું હૃદય પોતાના સદ્ગુણમાં દૃઢતા પામવાથી સ્વર્ગીય સુખ-આનંદથી ઉભરાઈ જાય છે. માત્ર આરામ અને મિથ્યા આનંદના ભક્તને આવું સ્વર્ગીય સુખ કદિ જાણવામાં-સમજવામાં આવતું નથી તો પ્રાપ્તિ તો સંભવેજ ક્યાંથી !

આવી રીતે દુર્ગુણો-બંધન-નર્કના વિનાશના બે, પાઠ પુરા કરી આપણે હવે સદ્ગુણો-મુક્તિ-સ્વર્ગ-ઉચ્ચ જીવનની પ્રાપ્તિના ત્રિજ પાઠ પાસે આવીએ. ઉચ્ચ જીવન-મુક્તિનો બધો આધાર ઉપરનાં કોષ્ટકમાં બતાવેલા પ્રારંભિક સદ્ગુણોને પોતાનાં જીવન સાથે ગુંથી કરી તેમનો હરરોજ અભ્યાસ-પરિપાક ચાલુ રાખવા ઉપર રહેલો છે. પહેલા બે પાઠોમાં બતાવેલા દુર્ગુણોને જીતી નાશ કર્યા પછી સદાચાર અને સત્યનો સેવક તેથી વધુ કઠિન અને વધુ મોટાં કાર્યો હાથ પર લેવાને અને બળતવાને તથા હૃદયના ઉંડા અને મહાન આશયોને નિયત્રમાં રાખવા તથા પવિત્ર બનવાને લાયક-તત્પર-સજ થાય છે. કર્તવ્યને યોગ્ય-વાસ્તવિક રીતે પાળ્યા-બળવ્યા સિવાય શ્રેષ્ઠાચારનું જ્ઞાન થઈ શકતું નથી કે સત્ય સમજી શકાતું નથી. કર્તવ્યને હરમેશા ત્રાસદાયક-



કંટાળા ભરી મહેનત-શ્રમ તરીકે લેખવામાં આવે છે-  
 કોઈ પરાણે કરવાની ફરજઆત-જીવમી વસ્તુ તરીકે  
 અગર કોઈ પ્રકારે શ્રમ કે ત્રાસ આપનારી-ફસાવ-  
 નારી-ખીન જરૂરી, વ્યર્થ અને દગાભરી વસ્તુ તરીકે  
 ગણી કાઢવામાં આવે છે અવળે માર્ગેજનાર પુરૂષો કર્ત્ત-  
 વ્યની આવી ખોટી ગણના કરે છે. પાપી માણસ  
 સાધુ પુરૂષને ખરાબ-ઠગનારો-મફતીઓ-ત્રાસદેનારો  
 અને જીવમી ગણે છે તેમ દુરાચારી માણસ સદાચરણ  
 -કર્ત્તવ્યને એવું માને છે કર્ત્તવ્યને આવું હુલકું-  
 અનિષ્ટ માનવાનો દુરાચાર-દુર્વૃત્તિ મનની સ્વાર્થી વૃત્તિ  
 અને જીવન સખંધી અવળી મતિ-સમજણથી ઉત્પન્ન  
 થાય છે. સદાચારનું પહેલું પગથીયું એ છે કે-  
 તમામ કર્ત્તવ્યને પવિત્ર અને ખુશનુમા-સુખદાયક  
 ગણવું જોઈએ અને તેના વફાદારી-સદ્વૃત્તિ ભર્યા  
 અને સ્વાર્થ વિપરાયણ પરિપાલન-ખજાવણીને ચરિત્ર-  
 સદાચરણના મુખ્ય નિયમ તરીકે ગણવું જોઈએ.  
 કર્ત્તવ્ય ખજાવતાં સ્વાર્થી અને અંગત વિચારો આગળ  
 કરી દેવા જોઈએ. ગીતામાં કહેલો કર્મણ્યેવાધિકારસ્તે  
 મા ફલેષુ કદાચન (તારો અધિકાર માત્ર કર્મ કરવાનોજ છે-  
 તેના ફળની સાથે તારે લેવા-દેવા નથી) નો નિયમ  
 પાળવો જોઈએ. એ પ્રમાણે કરવાથી કર્ત્તવ્ય ત્રાસદાયક  
 લાગવાને બદલે ઉલટું આનંદપ્રદ થઈ પડે છે. સ્વાર્થ-  
 પરાયણ અને સ્વાર્થી સુખ કે ફાયદાની લાલસા રાખ-  
 નારનજ કર્ત્તવ્ય ત્રાસદાયક લાગે છે. જે માણસને કર્ત્તવ્ય

ત્રાસદાયક જણાતું હોય તે જો સુક્ષ્મ દૃષ્ટિથી તેનો પોતા-  
નોજ વિચાર કરે તો માલૂમ પડે કે એ ત્રાસ કર્તવ્યમાં  
રહેલો નથી પરંતુ તેની પોતાની તે ન બળવવાની-  
તેનાથી છટકી જવાની સ્વાર્થી વૃત્તિ-વાસનામાંજ રહેલો  
છે. જે માણસ કર્તવ્ય-તે કર્તવ્ય પછી નાનું હોય  
કે મોટું, અંગત હોય કે સાર્વજનિક કે કોઈ  
બીજાનું- તે પ્રતિ દુર્લક્ષ કરે તો તે દુર્લક્ષ સદાચાર  
પ્રત્યેજ કર્યું સમજવું. કર્તવ્યને ખુલ્લાં દિલથી  
બળવવું એજ સદાચાર છે. જે માણસ પોતાનાં  
હૃદયમાં કર્તવ્યની સામે થાય છે એટલે કે તેને નિવા-  
રવા-તેનાથી છટકી જવાનો આયાસ કરે છે તે સદા  
ચારનો દ્રોહી હોય છે. કર્તવ્ય જ્યારે એક શોખ-  
સ્નેહ-આનંદની વસ્તુ થઈ પડે છે, જ્યારે દરેક કર્તવ્ય  
ખરાખર ચાકસાઈથી, શ્રદ્ધાથી અને નિરપૂહાપૂર્વક,  
કામના કે ફળાકાંક્ષા વગર બળવવામાં આવે છે  
ત્યારેજ હૃદયમાંથી સ્વાર્થવૃત્તિ ખરી જાય છે અને  
સત્યનાં ઉન્નત મંદિર તરફ પગ ભરાય છે-ગમન કરા-  
ય છે અને તે તરફ વળાય છે. સદાચારી માણસ પોતા-  
નાં કર્તવ્યને ખરાખર બળવવામાં પોતાનાં મન-ચિત્તને  
ઠેરવે છે-એકાગ્ર કરે છે અને બીજાનાં કર્તવ્યમાં  
કદિ આડે-વચ્ચમાં પડતો નથી. ગીતામાં પણ  
કહ્યું છે કે-શ્રેયાન્સ્વધર્મો વિગુણઃ પરધર્માત્સ્વનુષ્ઠિતાત્ (બીજાનો  
ધર્મ સારી રીતે થતો હોય પરંતુ પોતાનો ધર્મ

તેના કરતાં ગુણુ\* વગરનો હોય તથાપિ સ્વધર્મ જ શ્રેયસ્કર-શ્રેષ્ઠ છે) એટલે કે આપણે આપણા કર્તવ્ય-નીજ દરકાર રાખવી. બીજાનું કર્તવ્ય આપણાં કરતાં ગમે તેવું સહેલું કે સાડું હોય તથાપિ આપણું જ શ્રેયસ્કર ગણી તે કરવામાં જ પરાયણ રહેવું અને બીજાનામાં વૃત્તિ કરવી નહીં.

ત્રિજ્ઞ પાઠનું બીજું પગથીયું નિખાલસપણું-સરળતા-પ્રમાણિકતા-સત્યતા રાખવાનો અભ્યાસ કરવો-ટેવ પાડવી એ છે. આ સદ્ગુણોને પ્રથમ મનમાં દૃઢ-જાગીનરીતે સ્થાપવા જોઈએ અને ત્યારપછી જીવનના દરેક કાર્યમાં તેમને ઉતરી આવવા દેવાં જોઈએ. બધી અપ્રમાણિકતા, અસત્યતા, છેતરપટ્ટી, કપટ, દાવ પેચ, કુચેષ્ટા, આડું અવળું સમજાવવું તે, જુઠીવાત વિગેરેનો સહાયને માટે પરિત્યાગ કરવો જોઈએ અને હૃદયમાં કૃત્રિમતા કપટ, પ્રપંચ, છળનું નામ કે નિશાન ન રહેવા દેવું જોઈએ. આ સદ્ગુણોનું આપણામાંથી જરી કે રેચન કરવું એ સદાચારથી ચળવા જેવું છે. વાણીની ગેર-વ્યાજબી ઉદારતા-દુર્વ્યય અને અતિશયોક્તિ ન હોવી જોઈએ પરંતુ માત્ર સાદું સત્ય હોય તે કહેવું

\* અત્રે અર્જુનને પોતાના બધુઓ અને સંબંધીઓ જે અધર્મી હતા તેમનો વધ-નાશ કરવાનું કરમાન શ્રી કૃષ્ણ કરે છે તે ધર્મ છે, પણ અર્જુન સંસાર પરથી મન ઉઠાવીને ખસી જવાનું-કરજ અદા ન કરવાનું કહે છે તે અધર્મ દર્શાવે છે. (પ્રસિદ્ધ કર્તાઓ)

જોઈએ. ફંલ કે મિથ્યા ગૌરવ કે અંગિત કાયદા-  
સ્વાર્થની આશાથી છેતરપટ્ટી ગમે તેવી નિર્માલ્ય-  
નજીવી દેખાતી હોય તો પણ તે ન કરવી જોઈએ  
કારણ કે તેમ કરવું એ મોહ-ભુલની સ્થિતિ છે અને  
તે સ્થિતિને સમુગી દુર કરવા સદા તત્પર રહેવું જોઈએ.  
સદાચારી માણસની ફરજ માત્ર મન-કર્મ અને વાણી-  
માંજ સખ્ત પ્રમાણિકતા પાળવાની છે એટલુંજ નહીં  
પરંતુ તેણે પોતે જે કાંઈ કહે તેમાં કાંઈ વધાર્યા કે  
ઘટાડ્યા વગર જે હોય તેજ-તેટલુંજ કહેવું જોઈએ.  
મનને સત્યતા-નિખાલસપણાના નિયમથી આવી રીતે  
વિભૂષિત કરવાથી માણસ સર્વથા ન્યાય અને  
નિષ્પક્ષપાતતા પુરઃસર વર્તે છે, તે આત્મવત્ સર્વ મૂતેષુ નો  
સિદ્ધાંત અનુસરે છે અને દરેક બાબતને પોતાના સ્વાર્થ,  
કામના, શંકા કે પક્ષપાત ક્યાં વગર જુએ છે. સત્યતાના  
સદાચારનો પૂર્ણ અભ્યાસ રાખવાથી, તેનું સંપૂર્ણ  
જ્ઞાન અને પ્રાપ્તિ કરવાથી અને તેમ કરી અસત્યતા  
અને છળકપટનો અંત લાવવાથી હૃદય પવિત્ર અને  
કિદાત્ત બને છે, ચરિત્ર સંગીન-દૃઢ બને છે, જ્ઞાનમાં  
વૃદ્ધિ થાય છે અને જીવનમાં નવીન અર્થ અને શક્તિ  
દૃષ્ટિગોચર થાય છે. આવી રીતે આચરણ રાખવું એ  
સદાચારનું બીજું પગથીયું ચડ્યું ગણાય.

ક્ષમા-દયા-અક્રોધ-ધૃતિ-શાંતિ ( શમ ) સહન-  
શીળતા ( દમન ) વિગેરેની સ્થાયી ટેવ પાડવી એ

ત્રીભુવં પગથીયું છે. અહંકાર-ગર્વ, ખલ, દર્પ, કામ, ક્રોધ, સ્વાર્થ, રાગ, દ્વેષ, ઈર્ષ્યા અને અધીરાધમાંથી ઉત્પન્ન થતી હિંસક વૃત્તિ ( કોઈને કોઈપણ પ્રકારનું નુકસાન કરવાની વૃત્તિ ) નો નાશ કરવાથી તમામ પ્રત્યે સ્વહિત આહ્યાવગર, પરોપકાર-ચક્રરૂપે અને હૃદય વિપુલતા-સમુદ્ર પેટથી વર્તવાથી આ ત્રીભુવં પગથીયું ચડી જઈ શકાય છે.

રાગ, દ્વેષ, ઈર્ષ્યા, વૈર, ક્રોધ, ગર્વ, અહંકાર, વિગેરે એવાં તો દુષ્ટ-અધમ છે કે તેમના સામી દૃષ્ટિ થણુ ન કરવી જોઈએ કે તેમનો સ્પર્શ ન કરવો જોઈએ કે તેમને મગજ નજીક કદિ પણ દુકંત ન દેવાં જોઈએ. તેમનો છેટેથીજ નમસ્કાર કરી પ્રણય કરવો જોઈએ. તેમનો સ્પર્શ કરનાર માણસ કદિપણુ સદા-આરી બની શકતો નથી—મુકિત મેળવી શકતો નથી, મૂર્ખાઈ, દુઃખ અને તમામ જાતના કંદોની અસર તેને ઝટ થઈ આવે છે. તે બધાંને દુર રાખવાથી અને તેમની અસર પોતાના ઉપર લેશ પણ ન થવા દેવાથી જીવનના ખરા માર્ગનું જ્ઞાન થાય છે માત્ર ક્ષમા, પરોપકાર, અહિંસા વિગેરેના સદ્ગુણો ખીલવી સદા ધારણુ કરવાથીજ સુનિયમિત જીવનની શક્તિ અને સુંદરતા નિહાળી પામવાની આશા રાખી શકાય છે—તેથીજ મુકિત મળે છે. ૬૬ સદાઆરી માણસનાં હૃદયમાં હિંસક વૃત્તિ કદિ જન્મ લેવા-જાગૃત થવા પામ-

તીજ નથી; દ્વેષ, વૈર વિગેરેનો તો તેણે નાશ કરેલો. હોવાથી તેને કે.ઇ શત્રુ હોતું નથી. પરંતુ માણસો જો તેના પ્રત્યે અમસ્તાં અમસ્તાં શત્રુ તરીકે વર્તતાં-ચાલતાં હશે તો તે વર્તનને તેમનું અજ્ઞાન ગણી તે માટે દયાખાઈ પોતે “ઢીંકા સાટે પાટું” જેવું નહીં કરતાં ઉલટો તેમના પ્રત્યે સ્નેહ, દયા અને ક્ષમાની લાગણીથી વર્તી “અપકારને બદલે ઉપકાર” જેવું કરશે. હૃદયને આવી સ્થિતિયે-વલણમાં પહોંચાડવાથીજ આ સદ્ગુણનું ત્રિજુ પગથીયું ચડી શકાય છે, ત્યારેજ સદાચાર અને સત્યનાં જ્ઞાનનો પાઠ બરાબર શીખી તેમાં કુશળ-પ્રવીણ બનાય છે.

આ બધાં પગથીયાં ચડી જવાથી દુર્ગુણો-આસુરી ગુણો (ગીતામાં કહેલા) નો નાશ થઈ સદ્ગુણો-દૈવી ગુણો પ્રાપ્ત થાય છે તથા ઈન્દ્રિય નિગ્રહ અને આત્મ-વશતા સિદ્ધ થઈ ઉચ્ચ જીવન-મુક્તિની ઝાંખી થાય છે. ગીતામાં પણ કહેલું છે કે આત્માને વશ કર્યા વગર સિદ્ધિ મળતી નથી આથી દરેક ઉચ્ચ જીવનાં ભલાપીએ આ ત્રણ પાઠોનાં શિક્ષણને સંપૂર્ણ રીતે પોતાનાં જીવન સાથે ઓતપ્રોત કરી-ગુંથી લઈ તેમનો નિત્ય અભ્યાસ-સંસ્થાથી દેવ પાડવી જોઈએ. સત્યાચાર એજ તપ છે. આ ત્રણ પાઠમાં નિરૂપેલા ગુણો સિદ્ધ કરવાથી ઉચ્ચતર જીવનનું વિશેષ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. આટલીજ સ્થાથી દેવોથી જીવનનો હેતુ પુરે પુરે સરી જતો નથી પરંતુ

તે ઉપરાંત હજી ઉચ્ચતર શારીરિક કેલવણી-નિગ્રહ, વધુ વિસ્તૃત વાચિક કેલવણી-નિગ્રહ અને મોટા અને ઇષ્ટતર પ્રકારના સદ્ગુણોની ટેવો પાડવાની છે, એથી પણ વધુ ઉચ્ચ સુખ અને જ્ઞાન સમજી પ્રાપ્ત કરવાનું છે. એ ઉચ્ચતર જામતો નિરૂપવાનું અત્રે સ્થાન નથી; અત્રે તો ઉંચે ચડવાનાં માત્ર પ્રારંભિક-મુળતત્વો રૂપી-સૌથી પહેલાં અને સહેલાં પગથીઆંજ દર્શાવેલાં છે. સ્વર્ગની-મુક્તિની નિઃશ્રેણીતો ઘણી દીર્ઘ-ઉંચી છે અને ટોંચે પહોંચતાં ઘણાં પગથીઆં ચડવાનાં છે તથાપિ આ પ્રારંભિક પગથીઆં ચડી જવાથી આગળનો માર્ગ સુઘટ અને સુતર-સહેલતર થઈ રહે છે. આ પગથીઆં ચડી જનારને આગળ ચડતાં અગવડ કે મુંઝવણ રહેતી નથી; તેમજ આ પગથીઆં ચડવા જેટલી ઉપરનાં ચડતાં મહેનત પણ પડતી નથી. આ પગથીઆં સાંગોપાંગ ચડી જવાથી જીવન એવું પવિત્ર, સરળ, સંગીન અને પ્રભાશીળ-જ્ઞાની બની ગયું હોય છે કે આગળ પ્રગતિ કરતાં અંધકાર રહેતો નથી. આટલેથી આગળનો માર્ગ જ્ઞાનરૂપી પ્રકાશવાળો, સુચર-સરળ અને વાકઘોંક વગરનો-સીધોજ હોય છે. આ ત્રણ પાઠનો સાધક સત્યનાં એટલાં જ્ઞાને પહોંચી ગયો હોય છે કે આગળ વધી વધુ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું એ તેને સ્વાભાવિક અને સ્થાયી ટેવ જેવું-રસદ અને આનંદ પ્રદ થઈ પડ્યું હોય છે. આગળ જ્ઞાન માટે આયાસ

કર્મા વગર તેને ચેન પડતું નથી. તેની ઈંદ્રિયો સવળા માર્ગે ચડી ગયેલી હોવાથી તેનામાં નવું નવું તેજ રેડી તેને આગળ દારતી જાય છે.

આ સીધા-સવળા માર્ગે વિચરવાથી પોતાને તેમજ વિશ્વને પણ ધણે ફાયદો થાય છે અને જેઓ સત્યની પ્રાપ્તિની આકાંક્ષા રાખનારા નથી હોતા તેમને પણ આ પાઠો સાંગોપાંગ સિદ્ધ કરવાથી ખીન્નું નહીં તો છેવટ તેમને ઔદિક વાસનાઓમા સહાય કરનાર નૈતિક બલ, તત્વ દર્શન, વિવેક, મનની ગાઢશાંતિ-સ્વસ્થતા આદિની ઉપલબ્ધિ થાય છે. હૃદયમાં આ ત્રણ પાઠોમાં બતાવ્યા મુજબ ફેરફાર કરવાથી ઔદિક ઉત્કર્ષ-સુખમાં પણ કાંઈ તોટો પડતો નથી; પરંતુ તેથી હૃદય ઉલટું વધુ સત્ય, પવિત્ર અને સહનશીળ બની તે સુખમા વધારો કરે છે. જેણે પોતાના નિત્યના દુર્ગુણો-દુરાચાર-પ્રિયતા-ક્રોધ-હનો પરિત્યાગ કર્યો હોય, જે પોતાનાં મન અને શરીરને ઝરાબર નિઃશ્રદ્ધમાં રાખવામાં દૃઢ-સ્થિર હોય અને જે અચળ પ્રમાણિકતા સત્યતા-વિમળતામાં અને સંગીન સદાચારમાં ચુસ્ત-યોગનિષ્ઠ હોય તેજ વિજય પ્રાપ્ત કરવાને લાયક હોય છે. કર્મ કર્યા વગર જ્ઞાન મળતું નથી અને જ્ઞાનવગર કેવલ્ય-મુક્તિ અસંભવિત છે-જ્ઞાનાદેવ હિ કૈવલ્ય (જ્ઞાનથીજ કેવલ્ય છે.) ગીતામાં પણ જ્ઞાનને શ્રેષ્ઠ ગણી તેના માટે અતી આશ્રદ્ધ કરવામાં આવેલો છે. સદાચારજ સિદ્ધિ



દાયક છે કારણકે ગીતામાં કહ્યું છે કે—દૈવી સંપદ્વિમોક્ષાય નિબંધાયસુરોમતા ( દૈવી-ગુણ સદ્ગુણ સદાચારથી મોક્ષ-સુખ મળે છે અને આસુરી ગુણ-દુરાચાર-દુર્ગુણથી બંધન-દુઃખ થાય છે. )

મુક્તિનાં પ્રારંભિક સહેલાં સાધન—ઉચ્ચ જીવનનાં પહેલા પગથીઆં આ છે. એમની નિત્યની ટેવ જીવનમાં ઓતપ્રોત કરવી—ચરિત્રને તેમના મુજબ ઘડવું એ દરેક મનુષ્યનું કર્તવ્ય છે—એજ ખરો ધર્મ છે. આ ધર્મનું પરિપાલન કર્યા વગર જીવતર વ્યર્થ છે.

## મનોવૃત્તિઓ અને તેમનાં પરિણામ.

સદાચારનાં મોટાં અને ઉંચાં પગથીઆં—પાઠોના પ્રદેશમાં અત્રે ઉતર્યા વગર ( કારણકે એ આ લઘુ પુસ્તકની સિમા—પ્રાંત બહાર છે ) સમગ્ર જીવનને ઉત્પન્ન કરનારી મનોવૃત્તિઓ સંબંધી થોડીક સૂચના અને હકીકત આપવી સુગમ પડશે અને અત્યારે તે બસ થશે આશા છે કે આ સૂચના અને હકીકત હૃદય અને મનનો આંતર પ્રદેશ કે જ્યાં રહેલ ( ભક્તિ ), બુદ્ધિ-જ્ઞાન અને શાંતિ-સ્વર્ગ-મુક્તિ પોતાના ઉદ્યોગી ભક્તની રાહ જોતા બેઠાં હોય છે તે પ્રદેશમાં આગળ પ્રવેશ કરવાને તત્પર અને અભિલાષી પુરૂષને સહાયક અને ઉપયોગી થઈ પડશે.

પાપ માત્ર અજ્ઞાનમાંજ રહેલું છે. અજ્ઞાન-પાપ એ હૃદય-મન-આત્માના અંધકાર અને અવિકાસની સ્થિતિ છે. જીવનરૂપી શાળામાં વિપથગામી-અવળા રસ્તે વિચાર કરનાર અને વિકર્તા (અવળા મનવાળા અનેવિકર્મકર્તા)ની સ્થિતિ વિદ્યાશાળામાં અભ્યાસ કરતા અજ્ઞાની બાળકના જેવો છે. બાળકને જેમ પોતાના અભ્યાસ દરમિયાન બધું શીખવાનુંજ હોય છે તેમ જીવનના વિદ્યાર્થીને જીવનના-વિશ્વના નિયમને અનુસરી ખરાબર-ચોખ્ખ વિચાર કરતાં અને કર્મ કરતાં શીખવું પડે છે પોતાના પાઠ જોડી રીતે કરે અને ખરા કરે નહીં ત્યાં સુધી બાળકને જ્ઞાન પ્રાપ્તિરૂપી સુખનો સમાગમ થતો નથી તેમ જીવન-વિદ્યાર્થીને પણ છે પાપ-ભુલ-મોહનો જ્યાં સુધી નાશ કરવામાં ન આવે ત્યાં સુધી સુખનું દર્શન કરી શકાતું નથી-ત્યાં સુધી દુઃખને દેશવટો આપી શકાતો નથી. અજ્ઞાન-પાપ-મોહ અને દુઃખ-દિલગીરી-નિરાશા-જેએનીને પરસ્પર નિકટ સંબંધ છે.

જીવન પાઠોના પ્રક્રમભૂતી બનેલું છે. કેટલાક આ પાઠો શીખવામાં ઉત્સુક રહે છે અને તે શીખીને પવિત્ર-વિમળ, બુદ્ધિશાળી-જ્ઞાની અને સર્વથા સુખી થાય છે. કેટલાક બેઠરકાર-દુર્લક્ષી રહી શીખતા નથી તો તેઓ મલિન, મૂર્ખ, પાપી અને દુઃખી રહે છે.

દુઃખની દરેક વસ્તુ જોડી મનોવૃત્તિમાંથીજ ઉદ્ભૂત થાય છે. સદ્મનોવૃત્તિનું સંતાન સુખ છે.



દર્પ. ... નિરાશા-નાઉમેદી, રીસ-  
મનનો બળાપો, આત્મ-  
જ્ઞાનનો લોપ-ગ્લાનિ.

દંભ. . . સંકટ, આત્મવિનાશ.  
નિંદા. . હેરાનગતિ-ત્રાસ-ઉપદ્રવ,  
બીજા તરફથી ધિઃક્ષાર.

ઈર્ષા-દ્વેષ. ... નાશીપાત્રી, હાડમારી અને  
મુશ્કેલી.

ઈદ્રિયોની તાબેદારી

ઈદ્રિયાનુ સક્રિય. ... દરિદ્રતા-કંગાલાવસ્થા, વિ-  
વેક-વિચાર શૂન્યતા, અ-  
વિનય, અનારોગ્ય, રોગ  
-દરદ, દુર્લક્ષ-દીર્ઘસુત્રી-  
પાણી.

ક્રોધ

અશાંતિ, સત્તા અને લાગ-  
વગની નષ્ટતા.

વાસના-વિષયાસક્રિય.

શોક, દિલગીરી, મૂર્ખાઈ,  
અસ્થિરતા અને એકલવા-  
યાપણું.

ઉપરોક્ત જોડી મનોવૃત્તિયો રાખવાથી આપણામાં  
તેમની સામે જોડવેલા ઉપરોક્ત દુર્ગુણો-નૂકશાન વિગેરે  
થાય છે. દૃષ્ટાંત તરીકે ધિઃકારકૂંપી જોડી મનોવૃત્તિ  
રાખવાથી આપણને હિંસા, અનિષ્ટ અને દુઃખ

આવે છે. આવી જોડી માનસિક સ્થિતિઓ-મનો-વૃત્તિઓ જ્ઞાન-મુક્તિ-સ્વર્ગ-સુખ નિવેધક છે. તેમને મુક્તિ-જ્ઞાન સાથે ઓળખાણ હોતી કે થતી નથી. તે બધી અજ્ઞાન-તિમિર-તમોગુણ અને હાનિ-સુખનાં સત્યાનાસ-અભાવની સ્થિતિઓ છે. તે દૃઢ અખત્યાર સત્તા-નિયંત્રણ સ્થિતિઓ નથી. જાનણ કાઈ ખરું બળ-સત્તા નથી; તે તો અજ્ઞાન અથવા સત્તાનો દુરૂપયોગ છે જેને સ્નેહની ખુળી ન માલૂમ પડતી હોય કે જેને સ્નેહ રાખતાં ન આવડતું હોય તે ધિક્કાર રાખે છે અને તત્પરિણામે તે નુકસાન, આનંદ અને દુઃખ લોગવે છે. પરંતુ ધિક્કાર રાખતાં જ્યારે સ્નેહ રાખતાં શીખી તેનો અભ્યાસ રાખે છે ત્યારે તેને ધિક્કારમાં રહેલાં પાપ-દુર્ગુણ-અજ્ઞાન અને અપુરૂષત્વ નિર્માલ્યતાનું ભાન થાય છે અને તે ભાન થવાથી તે ધિક્કારનો પરિત્યાગ-વિનાશ કરી સ્નેહનો સંબંધ કરે છે. આ રીતિ બાકીની સર્વ જોડી મનોવૃત્તિને લાગુ છે. દરેક જોડી વૃત્તિનું પરિણામ ઉપરનાં કોષ્ટકમાં તેની સામે આપ્યા મુજબ આવે છે.

અતિ અગત્યની સદ્ મનોવૃત્તિઓ અને જીવન ઉપર થતાં શ્રેયસ્કર-સ્વર્ગપ્રદ પરિણામ:—

સદ્ મનોવૃત્તિઓ

તેમનાં પરિણામ.

સ્નેહ

...

...

નમ્રતા-મૃદુતા, આર્જવતા,  
મધુરતા, દયા, ક્ષમા, સદ્-

		ભાવ, સમાનતા, કલ્યાણ અને સુખ.
પવિત્રતા-વિમળતા. ...	બુદ્ધિની સ્પષ્ટતા, આનંદ- સુખ, અડગ-અજીત શ્રદ્ધા.	
સ્વાર્થ ત્યાગ-નિરાત્મતા...	હિંમત, તૃપ્તિ, સફળતા, સુખ, ઉત્કર્ષ, આળાદી- લીલાલહેર, સકળ સમૃદ્ધિ, રિદ્ધિસિદ્ધિ	
નિર્માનિતા-નિરહંકાર .. -દીનતા	શાંતિ-સ્વસ્થતા, આરામ અને સત્યનું જ્ઞાન.	
ભલભનસાધ-પરો- ...	સામ્ય-—એકતા—સમભાવ	
પકાર-સૌમ્યતા- ...	અને સર્વથા—સર્વત્ર	
સરળતા ...	સંતોષ	
દયા ...	રક્ષણ, સહાનુભૂતિ-સહાય, સ્નેહ અને બીજા તરફથી માન અને પૂજ્યભાવ.	
શુભેચ્છા-કલ્યાણવૃત્તિ ...	ઉદ્દાસ અને સફળતા- વિજય-ફતેહ.	
આત્મ નિશ્ચય. ...	મનની શાંતિ-સ્વસ્થતા- એકાગ્રતા, સત્યવિવેક- વિવાર, મુધારણા, તાંડુ- રસ્તી અને માન.	

ધૈર્ય

... મનોબળ-માનસિક શક્તિ  
દૃઢતા, વિસ્તૃત લાગવગ.

આત્મ વશીકરણ.

... જ્ઞાન, બુદ્ધિ, તત્ત્વ દષ્ટિ,  
પુષ્કળ-અગાધ શાંતિ.

ઉપરોક્ત સહ મનોવૃત્તિયો દૃઢ અપત્યાર, પ્રકાશ, જ્ઞાન અને સુખદ સમૃદ્ધિ-મિલકત-દ્રવ્ય આપનારી સ્થિતિયો-પ્રત્યક્ષ મૂર્તિયો છે. સદાચારી માણસ જ્ઞાની બને છે-હોય છે. તે સદાચારના પાઠો ખરાખર શીખેલો હોય છે તેથી જીવનને ઉત્કૃષ્ટ બનાવનારાં તત્ત્વોને ઓળખતો-સમજતો હોય છે. તે ઉત્કર્ષિત-જ્ઞાની હોવાથી સાડું નઠાડું જાણી-ઓળખી શકે છે. તે સંપૂર્ણ રીતે સુખી હોય છે અને માત્ર દિવ્યાચારજ કરે છે. તેને ગીતામાં કહેલી દૈવી સંપત્તિની ઉપમા લાગુ પડે છે.

જે માણસ ખોટી મનોવૃત્તિયોથી ઘેરાયેલો-વેળિત-ગુંચાયેલો-ખંધાયેલો હોય છે તેને જ્ઞાન થતું નથી. તેને સારાં નરસાં-હિવાહિતની સમજ-ખબર-ઓળખાણ પડતી નથી, તે આત્માને ઓળખતો નથી કે નથી જાણતો જીવન કાયક આંતર કારણો-ખીજ-મુળને. તેવાં અજ્ઞાન થકી તે સર્વદા દુઃખી રહે છે અને પોતાનાં દુઃખનો દોષ ખીજાં ઉપર મુકે છે-ખીજાને પોતાનાં દુઃખના નિમિત્ત ગણે છે-તે અંધ બની

કર્મ કરે છે અને અજ્ઞાનાત્રય-તિમિરાલયમાં સદૈવ-  
વાસ રાખે છે-તમોગુણી જીવન ગાળે છે; તેને અસ્તિત્વ  
જીવનના કેંદ્રાશય-પ્રધાન હેતુ અને વસ્તુઓના ઉદ્ભવના  
સુવ્યવસ્થિત- સુનિયમિત સમન્વય-અનુક્રમ-પર-  
પરાનું જ્ઞાન-સમજણ-જ્ઞાન હોતું નથી.

ઉચ્ચ જીવનના અભિલાષોએ ખોટી મનોવૃત્તિઓના  
પોતાનાં હૃદયમાંથી સંપૂર્ણપણે બહાર કરી સદૃષ્ટિએ  
સ્થાપી તમનો અવિરત-અખંડ અભ્યાસ-દેવ-સેવા  
અને રક્ષણ કરવું જોઈએ. તેમ કરવાથી વસ્તુઓના  
ઉદ્ભવ અને જીવનના અર્થ-ઉદ્દેશ-ના ખરા  
અનુક્રમનું સ્પષ્ટ દર્શન થાય છે. જો તે દુઃખ  
પામતા હોય કે મોહ-ત્રિભવશ હોય કે બેચેન હોય  
તો તેણે તેમ હોવાનું કારણ હૃદયમાંથી શોધી કાઢવું  
જોઈએ અને તે કારણોનો નાશ કરવો જોઈએ.  
બાહ્યાપચાર કરવાથી તે કારણો મળતાં કે નાશ કરી  
શકાતા નથી. તેણે હૃદયને અવી રીતે સંભાળવું-વિમળ  
બનાવવું જોઈએ કે તમાથી એાછું બદ અને વધુ સદ  
જન્મ લઈ વૃદ્ધ પામે. એમ કરવાથી તે દિન પ્રતિ  
દિન સંગીનતર, વિમળતર, ઉચ્ચ-ઉદાત્તતર, પ્રજ્ઞતર  
બનતા જાય છે અને તેમ તેમ તેનું સુખ વધતું જઈ  
અંધન-દુઃખ તુટતું-ભાગતું જાય છે; સત્યના જ્યોતિ  
તેમ તેમ વધુ વધુ પ્રકાશમાન અને ઉજ્જવલ



બનતી જાય છે અને તમામ તિમિર-અજ્ઞાન-અસત્ય-  
બદ્દનો નાશ થઈ જીવનમાર્ગ સુગમતર બનતો જાય છે.  
એ સુગમતર બનતાં સ્વર્ગ પહોંચી જવાય છે.

### ત્રિપસંહાર-પ્રબોધન.

સત્યના સેવકોએ—સદાચારના શોખીનો—સ્નેહી-  
ઓએ—બુદ્ધિ જ્ઞાનના શોધકોએ તથા જે પોતાનાં  
જીવનને ખાલી-નાઉમેદીવાળું સમજી દિલગીરીથી  
દબાએલા હોય તેમણે અને જે શ્રેષ્ઠરીતે સુંદર અને  
અક્ષુબ્ધ રીતે આનંદી-સુખી જીવનની અભિલાષા રાખતા  
હોય તેમણે તુરત સજ થઈ આ લઘુ પુસ્તકમાં નિરૂપેલી  
કેલવણી લેવા અને તેથી ઉચ્ચતર જીવન-સ્વર્ગ શું છે તે  
તથા નર્ક અથવા અધમ જીવન શું છે તે સમજવા  
ઉદ્યોગી-પરાયણ બનવું જોઈએ.

સ્વર્ગ કે નર્ક બેયની પ્રાપ્તિનો આધાર હૃદયનું  
કેલવણી ઉપર રહેલો છે. સ્વર્ગાભિલાષીએ પોતાનાં  
હૃદયને કેળવી આત્મ વિમોહનને દૂર કરવું જોઈએ  
પોતાને પોતે હોય તેવાજ નિહાળવા અને સદાચારના  
માર્ગને તે હોય તેવોજ સમજવો જોઈએ એટલેકે  
સર્વ બાબતમાં સત્યનુંજ અન્વેષણ કરવું જોઈએ  
આજસુ બનવાથી સત્યના માર્ગે વિચરી કે સત્યનું  
શોધન કરી શકાતું નથી. ઉદ્યોગ વગર કશુંય બનતું  
નથી. રાજર્ષિ ભર્તૃહરિ કહે છે કે:—

આલસ્યં હિ મનુષ્યાણામ્ શરીરસ્થો મહાત્રિપુઃ ।  
નાત્સ્યુદમ સમો બન્ધુઃ કૃત્વાયં નાવસીદતિ ॥

(આણસ એ મનુષ્યનાં શરીરમાંજ રહેલો મહાન શત્રુ છે, ઉદમ સમો બીજો કોઈ ભાઈ (સહાયક) નથી. ઉદ્યોગ કરનાર કદિ દુઃખને પામતો નથી.)

જેને પર્વતના શિખર ઉપર જવું હોય તેણે ત્યાં પહોંચવા માટે ઉદ્યોગ અને ઉત્સાહપૂર્વક ચડવું જોઈએ અને માત્ર થાકેલાં શરીરને ફરી સતેજ કરવા સારૂજ વિસામો-આરામ લેવા અટકવું-મુકામ કરવો જોઈએ. શિખર તો અલખત ઘણુંજ આનંદ અને ગૌરવવાળું હોયછે તેમ ઉપર જવું એ પણ ગૌરવ આનંદ પ્રાપ્ત કરવા સરખું છે. શિખર પહોંચતા પહેલાં જેટલા ચડીએ તંટલા ઉંચે તો ચડ્યા કહેવાઈએ અને ત્યાં જવાથી કાંઈ શિખરમાં રહેલો બધો આનંદ કે ગૌરવ ન પ્રાપ્ત થાય તો પણ તેનાં પ્રમાણમાં તો અલખત આવવાનોજ અને તેથી આગળ ઉત્સાહ વધવાનો અને આશા આવવાની. જેમ જેમ આગળ ચડીએ તેમ તેમ ગૌરવ અને આનંદની નજીક નજીક જતા જઈએ અને ધીરજ સાથે છેક શૃંગે પહોંચી જવાથી પૂર્ણ આનંદ અને ગૌરવ મળે. આ ઉપરથી સમજશે કે ચડવું પછી ભલેને છેક શૃંગે ન પહોંચાય તથાપિ ફાયદાવાળું તો છેજ. જેટલે ઉંચે ચડીએ તંટલો આનંદ આવે અને છેક ટોચરૂપી સ્વર્ગે ચડી જઈએ એટલે સંપૂર્ણ

આનંદ મળેછે. દરેક બાબતમાં આદિથી અંત સુધીમાં આવી રીતે રહેલું છે કેલવાણીમાં સૌંદર્ય રહેલું છે અને તેનો પાર પામતાં અતિશય સૌંદર્ય અને તેમાં રહેલી મિષ્ટતા મળેછે. સૌંદર્ય સર્વદા મધુરતાવાળું જ હોય છે—સૌંદર્યનો ગુણ મધુરતાનો છે. જેમાં માધુર્ય ન હોય તે સૌંદર્ય નહીં. મોહને લીધે કેટલુંક સુંદર દેખાય છે પરંતુ તેમાં જો સાત્ત્વિક માધુર્ય—અનંત માધુર્ય ન હોયતો તે વસ્તુતઃ સુંદર નજ સમજવું.

ઠંડેલા ઉઠીને પોતાનો—સત્યાન્વેષણનો અભ્યાસ કરવો મનન કરવું; હરરોજ શરીર—ઇંદ્રિયોને વશ કરવી પરંતુ તેમને વશ થવું નહીં; મનને ભુલ—મોહ અને દુર્બળતા કે દુષણરૂપી શત્રુઓ તેમાં પ્રવેશ કરવા ન પામે એવા સંગીન દુર્ગવાળું બનાવવું; આ બધાં કર્મો જ્ઞાન-સ્વર્ગનાં છે. લલુતા—તૃષ્ણા—લોભ અને બીજા દુર્ગુણો જો તેમની સાથે તૈયારી કરી રાખી (સદ્ વિચાર રૂપી દારૂ ગોળો વિગેરેની તૈયારી રાખી) હિમ્મત ભેર લડો, તેમને જીતી લીધા વગર તે દૂર થતા નથી કે તેમનો હૃદયો પાછો હઠાવતા નથી. આખા દિવસમાં પ્રભાત જેવો બીજો કોઈ કાળ શાંત અને સુંદર નથી. આવા શાંત અને સુંદર સમયે મનને દુર્ગુણો સાથે લડી તેમને હાણી કાઢવા માટે શસ્ત્ર સાથે તત્પર અને બળિષ્ઠ કરવું જોઈએ. મનને સુપથે જતાં, સત્ય સમજી શકતાં, વિવેક કરતાં, બળુતાં, સમજતાં શીખવવું એ

દુર્ગુણો સામે લડવા માટે તૈયાર કરવું છે. પાપ અને લોભ-તૃષ્ણા-વાસનાનો નાશ સત્યની સમજણના વિકાસ વગર થઈ શકતો નથી.

સદ્બુદ્ધિ અક્ષુબ્ધ કેલવણી-અભ્યાસથી પ્રાપ્ત થાય છે. કેલવણી અને તેના અભ્યાસ વગર સત્ય પામી શકાતું નથી. પ્રયત્ન અને અભ્યાસ વડે ધૈર્ય વધે છે અને ધૈર્યથી કેલવણી સુંદર બને છે.

અધમ તથા ઈંદ્રિયવિષયાનુસક્ત-ઈંદ્રિયના વિષયોના પ્રેમી માણસને કેલવણી કંટાળા ભરી-ત્રાસ દાયક લાગે છે તેથી તે કેલવણીની નજીક ન જતાં અવ્યવસ્થિત-દુરાચારી અને બંધન યુક્ત જીવન ગાળે છે

સત્યના પ્રેમી-લક્ષ્મણ કેલવણી કંટાળા ભરી લાગતી નથી. તેને રાહ જોવામાં, કામ કરવામાં અને વિજય મેળવવામાં સહાય કરનાર ધૈર્ય ધણુંજ હોય છે. માણી જેમ પોતાની વાટિકામાં પોતે વાવેલાં ઝાડોને વિકસિત પુષ્પોવાળાં જોઈ પ્રમોદ પામે છે તેમ સત્યની વાટિકાનો માણી પોતાનાં હૃદયરૂપી વાટિકામાં પવિત્રતા, પ્રજ્ઞા-બુદ્ધિ, હયા અને સ્નેહ રૂપી પુષ્પોને વિકસિત જોઈ પ્રમુદિત થાય છે.

અવ્યવસ્થિત જીવન ગાળનાર કદિ પણ દિલગીરી-દુઃખ-આધિવ્યાધિથી મુક્ત રહેતો નથી કે તેમનાથી છટકી જઈ શકતો નથી. અશિક્ષિત મન કામનાઓ

અને દ્વંદ્વોની કતલ તળે દુર્ભાગ અને નિરાધાર થઈ પડે છે-ધરણી વશ થાય છે.

આથી સત્યના પ્રેમીએ તમામ દ્વંદ્વો-ધંદિયોના વિષયો-કામનાઓ-વાસનાઓ વિગરે દુષ્ટ વસ્તુના હુમલાઓ સામે પોતાનાં મનને સુકેલવણીરૂપી શસ્ત્રથી સજ કરી રાખવું જોઈએ. મનને તેમની સાથે યુદ્ધ મચાવી વિજય મેળવવાની કળા-શસ્ત્ર વિદ્યા શીખવવી જોઈએ. એ હુમલાઓને માટે સદા સાવચેત, વિચારશીલ અને દૃઢનિશ્ચયી રહેવું જોઈએ. શૌચ તેજો વૃત્તિર્દાક્ષ્ય યુદ્ધેવાપ્યપ્લાયનમ્ ( શૌર્ય, બળ, ધૃતિ, દક્ષતા સુદ્ધમાંથી અપલાયન-કાયર બની પોખારા ન ભણી જવું) તેવાં ક્ષાત્રકર્મો દુર્યુણો સામે લડવા સાડ મનમાં આણવાં જોઈએ સ્વર્ગ-મુક્તિ કોઈના માટે અપ્રાપ્ય છેજ નહીં; તેને પ્રાપ્ત કરવા સાડ માત્ર સત્ય પ્રત્યે પરાયણતા, તત્પરતા અને અભ્યાસની જરૂર છે. અમ કરવાથી તે સહજમાં ઉપલબ્ધ થઈ જાય છે. સત્ય એજ પરમેશ્વર છે માટે તેનું ભજન-પૂજન આરાધના કરવાથી-મુક્તિ-સ્વર્ગ મળે છે. દરેક કાર્ય સહસા સફળતા પામી જતું નથી. તેથી તે કરતાં વચમાં કદાચ કઠિનતા આવે તો તેથી ધૈર્ય ભંગ ન થતાં “ઉલટ ભેર ફરીથી કરો ” તથા અર્થ સાધ્યામિ વા દેહં પાત્યામિ ( કાંતો અર્થ સાધું છું કે કાંતો દેહ પાડું છું ) અથવા “ કાં આપાર કે કાંતો તે પાર ” ના સિદ્ધાન્તનો દૃઢ નિશ્ચય કરી પ્રયત્નો પુનરપિ

પુનરપિ કરવા જોઈએ. ભલેને પ્રયત્નો સો વાર કે સહસ્રવાર કે લક્ષ કે કોટિ વાર અકુળ થાય પરંતુ તેનાથી ક્ષોભ ન પામતાં “ શ્રમને અંતે સુવર્ણ ” નાં સુત્રમાં શ્રદ્ધા રાખી ધૈર્ય પુરઃસર પુનરપિ કરવા જોઈએ. છેવટે સિદ્ધિ અવશ્ય મળવાની. ઘણીવાર જે પ્રયત્ન કરવો પડે તેમાં સમજવું કે એ કરવામાં ક્યાંક ન્યૂનતા-ખામો રહી જતી હશે. એ ન્યૂનતા શોધી કાઢી પ્રયત્ન બરાબર કરવાથી ઘણીવાર પ્રયત્ન કરવાપણું રહેતું નથી. આ જગતમાં અત્યારે જે જે અદ્ભૂત અમતકારિક કાર્યો ( વિજળીનાં કાર્યો-પવનનાં કાર્યો-રસાયણી કાર્યો વિગેરે ) દૃષ્ટિગોચર થાય છે તે બધાં કાંઈ તેમના પ્રયોજકોના પ્રથમ પ્રયાસેજ સિદ્ધ થયેલાં નહીં હોય. કેટલેક પ્રસંગે તો જે મહાકાર્યની પરિપૂર્ણતા પામતાં પૂર્વે પિતા મરી ગયો હોય છે તે તંના પુત્રે કે બીજાએ કંપાડી લઈ પુરું કર્યું હોય છે. ઉદ્યોગ સિવાય સિદ્ધિ અંભવતીજ નથી. સત્યમેવ જયતિ એમ મહાપુરૂષો કહે છે પરંતુ જો તેના માટે ઉદ્યોગ રાખવામાં આવે તોજ તે વિજય પામે છે. ઉદ્યોગજ બધાનું મુળ છે. માટે જો સદુદ્યોગ-સદ્પ્રવૃત્તિ માર્ગ ઉપર પ્રવેશ-વિચરણ કરવામાં આવે તો-જો તેને વચમાં પડતો મૂકવામાં ન આવે તો સિદ્ધિ અવશ્ય થાય છે. કાર્ય અને પરિણામનો નિયમ સર્વ જાણતમાં અનિવાર્ય છે. કાર્યને અંતે ફળ તો

લાગેલું છે. જેને શરૂઆત તેને અંત અવશ્ય હોય છે દરેક વસ્તુને આદિ અને અંતરૂપી બે છેડા હોય છે તેમ પ્રવૃત્તિ અને પરિણામના છેડા દરેક બાબતમાં સહ સ્થિતિમાન હોય છે. જેવી પ્રવૃત્તિ તેવું પરિણામ. સારાંનું સારું અને નકારાંનું નકારું પરિણામ આવે છે. પરિણામ અનિવાર્ય છે. જન્મને મર્ણ અનિવાર્ય છે.

પ્રકૃતિનો નિયમ એવો છે કે પ્રથમ યુદ્ધ પછી વિજય; પ્રથમ વૃક્ષ પશ્ચાત ફળ; પ્રથમ શ્રમ-ઉદ્યોગ પશ્ચાત આરામ-શાંતિ; પ્રથમ દુર્ભાગતા પશ્ચાત સખળતા; પ્રથમ સાધારણ જીવન અને તેની વ્યંગ્યારિક-ચલનની કેકિનતા પશ્ચાત ઉચ્ચ-સુંદર જીવન, શાંતિ અને નિર્વાણ-મોક્ષ-સ્વર્ગ.

આ ઉપરથી સમજાય છે કે સત્યને પરમેશ્વર રૂપ માની તેને પામવા સર્વદા પ્રવૃત્ત રહેવું એજ દરેક મનુષ્યનું પરમ કર્તવ્ય-ધર્મ છે. સત્યાત્ નાસ્તિ પરોધર્મ. ( સત્ય કરતાં શ્રેષ્ઠ ધર્મ બીજો છેજ નહીં. ) સત્યજ સ્વર્ગદાયક છે.

ૐ શાંતિ: શાંતિ: શાંતિ:

સમાપ્તિ.

## જીવંતી જીવવાની યુક્તિ.

( Economy of Human Life )

—-૦—-

ટીએટના લાભાઓના પુસ્તકોના લઠારમાંથી ઘણીજ મુશીબતે મેળાવેલ નીતિ સંબંધી ઉપ-ચેગી પુસ્તક જેની લોક પ્રીયતા એટલી જખરી છે કે દુનીઆની સવળી સુધરેલી ભાષાઓમાં તેના તરજુમા થયા છે.

ધર્મ અને નીતિનો કુટુંબો, નિશાળો, અને પોતાને બોધ કરવા આથી વધુ સારો બોધ ક્યાંથી પણ મલશે નહિ.

વાંચતાંજ જીવને સચોટ બોધ થઈ વિચારના ઉચ્ચ શીખરે લઈ જનાર ધર્મ ગ્રંથ.

કી. ફક્ત રૂ. ૦-૧૨-૦

કપડાના સોનેરી નામ સાથના પુઠાની ફક્ત રૂ. ૧-૦



હિંદુ સંસારનો ઉત્તમ ચિતાર

## ઉદયકાન્ત

યાને

હિમ્મતે મર્દા—મદદે ખુદા

કર્તા

રાણા દોલતસિંહ શીષાદીઆ

(હૃદય-જીવનનો પાથોના અનુવાદક)

સાધારણ વાર્તાઓ—નવલ કથાઓમાં વાંચનારની જાણસાને ઉશ્કેરી વિચારના વમળમાં ગોથાં ખાતા કરવા સિવાય બીજું કંઈજ હોતું નથી. સારી વાર્તામાં વાંચકને પોતાની આજુ બાજુમાં જનતા સંસારી અને તેવાજ બીજા બનાવો પર વિચાર કરતા કરવાની સારે માર્ગે દોરવાની મતલબ હોય છે.

આ વાર્તામાં ઉચ્ચ જીવનની અનેક રસ લાવનાઓ, શ્રીકૃષ્ણવણી, પુનર્લગ્ન-કન્યાવિક્રય વગેરે સંસાર સુધારાના સવાલોને અતી રસિક રીતે આલેખેલા છે. ધનાઓ અને લાયબ્રેરીઓ માટે પણ અતી ઉપયોગી છે. ઉત્તમ છપાઇ પાકી બંધાઈ છતાં

કી. ક્રંત રૂ. ૧-૮-૦

## ધાર્મિક પુસ્તકો.

મનુસ્મૃતિ-હિંદુઓ માટે તેમજ સામાન્ય  
સર્વે માટે ધર્મ અને નીતિ બતાવનાર  
સત્તા સમાન પુસ્તક રૂ. ૩-૮-૦

ચંદ્રકાન્ત-(ભાગ ૧-૨-૩) વેદાંતના ગૂઢ  
વિષયોને સહેલી ગુજરાતી ભાષામાં રસિક  
રીતે ગુંથવામાં આવેલ છે કીંમત દરેક  
ભાગના રૂ. ૨-૮-૦

વિવેકાનંદ વિચારમાળા-(ભાગ ૧-૨)  
હિંદમાં તો એવો કોઈ નર ભાગ્યેજ હશે  
કે જશુ સ્વામી વિવેકાનંદનું નામ નહિ  
સાંભળેલું હોય, તેમના વેદાંત તથા ભ-  
ક્તિમાર્ગ પર વ્યાખ્યાનોનો સંગ્રહ કી.  
રૂ. ૨-૪ દરેક ભાગના.

## આનંદાશ્રમ.

“વંદમાતરમ” આ શબ્દોથી હિંદમાં કે. ઇ. લાગ્યેજ અજાયબો હશે, ઉપલા પદના અસલ લેખક બાબુ બંદીમયંદ્રની એક વાર્તા પરથી આ “આનંદાશ્રમ” ગુજરાતીમાં લખાયલી છે. દેશોદ્ધાર માટે દેશના દરેક માણસે કેવો કેવો ભોગ આપવો પડે ત્યારે દેશની ઉન્નતી થાય તે ચિંતાર તથા દીવ્ય પ્રેમ ચિંતાર આ પુસ્તકમાં છે કી. રૂ. ૧-૦ ઠપડાની બંધાઈ રૂ. ૧-૪-૦

## ગૃહલક્ષ્મી.

એક હિંદુ સંસારી વાર્તા. આ પુસ્તકમાં એક નમુનેદાર ગૃહીણીના ચિંતાર છે, કેળવાયલી સ્ત્રી ધરને કેવો આનંદદાયી-સ્વર્ગીય કરે છે. અને અભણ કુવળો કેવો દાટ વાળે છે તે તેમજ “કેળવણીના મીઠાં ફળ” ના સુત્રની સફળતા બતાવી છે. કી. રૂ. ૧-૪ ઠપડાની બંધાઈ રૂ. ૧-૧૨

**મહારાજ લાયબલ કેસ.**

તે સાથે ચાલેલ

**લાટીઆ કોન્સપીરસી કેસ.**

ધર્મને નામે કેવું ધતીંગ ચાલે છે, જે લોકો ધર્મના રક્ષક હોવા જોઈએ તે ધર્મને વેપારમાં ફેરવી નાખી તેમજ ધર્મને નામે બીજા કેવા અધર્મ-પશુ તુલ્ય કામો કરે છે તે વાચવા માટે મુંબઈ હાઈકોર્ટમાં વલ્લભ સમ્રાટના મહારાજ જડુનાથજી પર ચાલેલ મુકરદમાનો અહેવાલ, લાટીઆ શેઠીઆઓને આવા પાપાત્મા મહારાજને બચાવવા જતા થયેલ રૂ. ૫૫૦૦ નો દંડ; આ પુસ્તક જો કે એક મુકરદમાનો અહેવાલ છે છતાં જાણે રસીક વાતો હોય તો લાસ થાય છે કી. રૂ. ૨-૦-૦

**બેંગી કેસ અને વારંટલીલા**

બેંગી કસમા એક વલ્લભ પંથના મહારાજને ચોરી માટે થયેલ પાંચ વર્ષની જેલ યાત્રાનો તથા વારંટલીલામાં બીજાજ તેવા એક મહારાજને 'પારકુ' ધન ઉત્થાપત કરવાના વાંક માટે પકડાવેલ તેનો અહેવાલ બંને સાથે પાકુ પુઠું કી. રૂ. ૧-૪-૦

ધ્રુપી પોલીસની બે અદ્ભૂત વાર્તાઓ

## વધૂવધ.

ફ્રેન્ચ લેખકની એક ઉત્તમ “ડીટિકટિવ” વાર્તા પરથી આ વાર્તા લખાયેલી છે, તેમાં એક સ્ત્રીનું ખુન થાય છે તે શોધવા “ડીટિકટિવ” મી. લીકોક કેટલી હદ સુધી પોતાની અવલોકન શક્તિ વાપરે છે તે વાંચનારને હેરત પમાડનારી વીગતો પુરી પાડે છે ફ્રેન્સી અંધાઈ સાઝ છપાઈ રૂ. ૨-૦-૦

ડીટિકટિવ બહાદુર શેરલોક હોમ્સ.

વીલાયતમાં હજી પણ જ્યારે કોઈ મોહોટો ગુન્હો નથી પકડાતો ત્યારે છાપાવાળા લખે છે કે “શેરલોક હોમ્સ જોઈએ” વાર્તા અદ્ભૂત છે. સુંદર છપાઈ અંધાઈ રૂ. ૧-૪

